

LAPORAN
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

LOKASI
SMP NEGERI 4 KOTA MAGELANG
ALAMAT: JL. PAHLAWAN NO. 41 MAGELANG

15 JULI - 15 SEPTEMBER 2016



DISUSUN OLEH:
MUHAMMAD SURURUDIN
NIM : 13601241110

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2016

HALAMAN PENGESAHAN

Yang bertandatangan di bawah ini, Kepala Sekolah, Koordinator PPL Sekolah, Guru Pembimbing, dan Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) menyatakan bahwa mahasiswa yang tersebut di bawah ini:

Nama : Muhammad Sururudin
NIM : 13601241110
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Telah melaksanakan PPL di SMP Negeri 4 Kota Magelang, dari tanggal 15 Juli – 15 September tahun 2016. Dengan hasil kegiatan tercakup dalam laporan di bawah ini.

Magelang, 15 September 2016

DPL – PPL
Universitas Negeri Yogyakarta

Guru Pembimbing PPL
SMP Negeri 4 Kota Magelang


Dr. Sugeng Purwanto M.Pd
NIP. 19650325 200501 1 002


Yuli Kusumastuti, S.Pd
NIP. 19750723 200903 2 002


Mengetahui

Kepala Sekolah
SMP Negeri 4 Kota Magelang

Koordinator PPL
SMP Negeri 4 Kota Magelang



Drs. Parjopo
NIP. 19680920 199903 1 004



Sri Hartini, S.Pd,
NIP. 19670315 200701 2 013

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kami panjatkan atas seluruh nikmat yang telah dilimpahkan oleh Tuhan Yang Maha Esa sehingga penyusun dapat menyelesaikan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SMP Negeri 4 Kota Magelang, serta atas terselesaikannya laporan PPL ini dengan baik dan tepat pada waktunya.

Laporan ini disusun sebagai bentuk pertanggung jawaban sekaligus akhir dari seluruh rangkaian kegiatan PPL, yang merupakan deskripsi dari hasil pengamatan (observasi), kegiatan dan pengalaman selama melaksanakan PPL. Penyusunan ini telah melibatkan banyak pihak, yang berkontribusi positif dalam proses pelaksanaan, baik secara langsung maupun tidak langsung. Maka perkenankanlah dalam laporan ini penyusun mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Allah SWT yang telah memberikan kemudahan dan kekuatan sehingga penyusun mampu melaksanakan PPL dengan baik dan dapat menyusun laporan ini dengan lancar.
2. Orang tua kami yang senantiasa mendoakan dan mendukung kami.
3. Prof. Dr. Rochmat Wahab, Rektor Universitas Negeri Yogyakarta.
4. Drs. Parjopo, Kepala Sekolah SMP Negeri 4 Kota Magelang atas kerjasama yang telah diberikan.
5. Bapak Tri Indra Prasetya, S.Pd, M.Pd selaku koordinator PPL SMP Negeri 4 Kota Magelang yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan dalam pelaksanaan PPL ini
6. Bapak Agustianto, M.Pd dosen pembimbing PPL yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan dalam pelaksanaan PPL
7. Bapak Dr. Sugeng Purwanto, M.Pd selaku dosen pamong PPL prodi Pendidikan Matematika yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan dalam pelaksanaan PPL ini
8. Ibu Yuli Kusumastuti, S.Pd selaku guru pembimbing Praktik Pengalaman Lapangan mata pelajaran matematika yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan dalam pelaksanaan PPL ini

9. Seluruh guru dan karyawan SMP Negeri 4 Kota Magelang yang turut membantu kami selama pelaksanaan PPL. Serta warga sekolah yang telah banyak membantu kami
10. Siswa-siswi SMP Negeri 4 Kota Magelang atas segala partisipasi dan kerjasama yang hangat dalam kegiatan belajar mengajar di kelas
11. Rekan-rekan PPL yang telah memberikan motivasi, semangat dan rasa persaudaraan serta kerjasamanya selama kegiatan PPL berlangsung
12. Semua pihak yang telah membantu selama penyusunan dan pelaksanaan program PPL hingga tersusunnya laporan ini

Demikianlah sekiranya laporan ini dapat dijadikan sumbangan pikiran bagi semua pihak yang memerlukan. Di sini penyusun juga menyadari bahwa laporan ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh sebab itu, saran maupun kritik yang bersifat membangun sangat kami harapkan demi sempurnanya laporan ini serta bermanfaat bagi kegiatan belajar mengajar di SMP Negeri 4 Kota Magelang.

Magelang, 15 September 2016

Penyusun,

Muhammad Sururudin

NIM. 13601241110

DAFTAR ISI

| | |
|--|-----|
| Halaman Judul | i |
| Halaman Pengesahan | ii |
| Kata Pengantar | iii |
| Daftar Isi | v |
| Daftar Lampiran | vi |
| Abstrak | vii |
| BAB I : PENDAHULUAN | |
| A. Analisis Situasi..... | 1 |
| B. Perumusan Program dan Rancangan Kegiatan PPL | 7 |
| BAB II : PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL | |
| A. Persiapan | 10 |
| B. Pelaksanaan PPL | 14 |
| C. Analisis Hasil Pelaksanaan dan Refleksi | 19 |
| BAB III : PENUTUP | |
| A. Kesimpulan | 21 |
| B. Saran | 21 |
| Daftar pustaka | 23 |
| Lampiran | 24 |

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Matriks Program Individu
- Lampiran 2. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran
- Lampiran 3. Daftar Nilai
- Lampiran 4. Kalender Akademik
- Lampiran 5. Daftar Guru
- Lampiran 6. Laporan Mingguan
- Lampiran 7. Dokumentasi

**PELAKSANAAN
KEGIATAN PPL LOKASI
SMP NEGERI 4 KOTA MAGELANG**

**OLEH:
MUHAMMAD SURURUDIN
NIM 13601241110
PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI**

ABSTRAK

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan salah satu mata kuliah yang wajib ditempuh oleh mahasiswa program studi kependidikan. Mata kuliah ini bertujuan untuk memberikan pengalaman kepada mahasiswa dalam bidang pembelajaran dan manajerial di sekolah atau lembaga, untuk melatih dan mengembangkan kompetensi keguruan atau kependidikan.

SMP Negeri 4 Kota Magelang yang beralamat di Jl. Pahlawan No. 41 Kota Magelang merupakan salah satu sekolah yang dijadikan lokasi PPL tahun ini. Sekolah ini memiliki fasilitas yang cukup baik dalam mendukung kegiatan belajar mengajar.

Kegiatan PPL yang dilakukan meliputi tahap persiapan, praktik mengajar, dan pelaksanaan. Beberapa persiapan PPL yang dilakukan antara lain kegiatan konsultasi dengan guru pembimbing dan observasi kegiatan pembelajaran. Pada tahap praktik mengajar, mahasiswa menyiapkan perangkat pembelajaran yaitu rencana pelaksanaan pembelajaran. Praktik mengajar dilaksanakan pada tanggal 15 Juli sampai dengan 15 September 2016. Pada tahap pelaksanaan, mahasiswa diberi kesempatan mengajar sebanyak minimal 4 kali mengajar terbimbing dan 4 kali mengajar mandiri dengan alokasi masing-masing 120 menit setiap pertemuan (3 x 40 menit). Hasil yang diperoleh dari kegiatan PPL yaitu mahasiswa mendapatkan pengalaman nyata berkaitan dengan perencanaan, penyusunan perangkat pembelajaran, proses pembelajaran dan pengelolaan kelas. Mahasiswa telah dapat menerapkan dan mengembangkan ilmu serta keterampilan yang dimiliki sesuai dengan program studi masing-masing.

Kata kunci PPL

BAB I

PENDAHULUAN

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan usaha peningkatan kualitas dan efisisensi proses pembelajaran terkait dengan pembelajaran maupun kegiatan yang mendukung berlangsungnya pembelajaran. PPL merupakan salah satu upaya yang dilakukan oleh pihak Universitas Negeri Yogyakarta sebagai suatu kegiatan latihan kependidikan yang dilaksanakan oleh mahasiswa program studi kependidikan. Mahasiswa diharapkan dapat mengembangkan dan mengaplikasikan kemampuan yang dimiliki dalam kehidupan nyata di sekolah.

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan salah satu upaya yang dilakukan oleh pihak Universitas Negeri Yogyakarta sebagai suatu kegiatan latihan kependidikan yang bersifat intrakurikuler dan dilaksanakan oleh mahasiswa program studi kependidikan. Mahasiswa diharapkan dapat mengembangkan dan mengaplikasikan kemampuan yang dimiliki dalam kehidupan nyata di sekolah.

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) diharapkan dapat menjadi bekal bagi mahasiswa sebagai wahana pembentukan tenaga kependidikan profesional yang siap memasuki dunia pendidikan sesuai dengan tuntutan Kurikulum 2013 (K-13), serta menyiapkan dan menghasilkan tenaga kependidikan atau calon guru yang memiliki nilai, sikap, pengetahuan dan keterampilan profesional, mengintegrasikan dan mengimplementasikan ilmu yang telah dikuasai ke dalam praktik keguruan dan atau lembaga kependidikan, serta mengkaji dan mengembangkan praktik keguruan dan praktik kependidikan.

Sebelum kegiatan PPL dilaksanakan, mahasiswa terlebih dahulu menempuh kegiatan sosialisasi yaitu pra PPL melalui pembelajaran mikro dengan teman sejawat dan kegiatan observasi di sekolah. Kegiatan pembelajaran mikro dilakukan dengan teman sebaya. Kegiatan observasi di sekolah bertujuan agar mahasiswa memperoleh gambaran mengenai proses pembelajaran yang dilakukan di sekolah beserta kelengkapan sarana dan prasarana yang menunjang proses pembelajaran. Pengalaman yang diperoleh selama PPL diharapkan dapat dipakai sebagai bekal untuk membentuk tenaga kependidikan yang profesional. PPL ini akhirnya dilaksanakan secara terpadu yang saling mendukung satu sama lain untuk mengembangkan kompetensi mahasiswa sebagai calon guru.

A. Analisis Situasi

1. Profil SMP Negeri 4 Kota Magelang

Sebelum kegiatan PPL dilaksanakan, mahasiswa terlebih dahulu menempuh kegiatan sosialisasi yaitu pra PPL melalui pembelajaran mikro dan kegiatan observasi

di sekolah. Kegiatan pembelajaran mikro dilakukan dengan teman sebaya. Kegiatan observasi di sekolah bertujuan agar mahasiswa memperoleh gambaran mengenai proses pembelajaran yang dilakukan di sekolah beserta kelengkapan sarana dan prasarana yang menunjang proses pembelajaran.

Observasi lingkungan sekolah merupakan langkah awal dalam pelaksanaan PPL, observasi dilaksanakan beberapa bulan sebelum penerjunan ke sekolah. Kegiatan observasi lingkungan sekolah dimaksudkan agar mahasiswa PPL mempunyai gambaran yang jelas mengenai situasi dan kondisi baik yang menyangkut keadaan fisik maupun nonfisik, norma dan kegiatan yang ada di SMP Negeri 4 Kota Magelang. Diharapkan dengan adanya kegiatan observasi ini, mahasiswa dapat lebih mengenal SMP Negeri 4 Kota Magelang, yang selanjutnya dapat melancarkan dan mempermudah pelaksanaan PPL.

SMP Negeri 4 Kota Magelang terletak di Jl. Pahlawan No. 41 Kota Magelang. Sekolah ini merupakan salah satu tempat yang digunakan sebagai lokasi PPL UNY 2016 pada periode kali ini.

SMP Negeri 4 Kota Magelang sudah dilengkapi dengan beberapa sarana prasarana penunjang kegiatan pembelajaran. Adapun sarana prasarana yang dimiliki oleh SMP Negeri 4 Kota Magelang diantaranya adalah gedung sekolah yang terdiri dari ruang belajar, ruang kantor, ruang penunjang, lapangan, dan halaman sekolah.

SMP Negeri 4 Kota Magelang memiliki visi dan misi sekolah sebagai berikut:

a. Visi sekolah “U MANTAB”

Unggul dalam mutu, beriman, bertaqwa, dan berbudaya.

b. Misi dari SMP Negeri 4 Kota Magelang sebagai berikut:

- 1) Mewujudkan lulusan yang berprestasi akademik dan nonakademik
- 2) Melaksanakan proses pembelajaran yang mampu melejitkan kompetensi sikap, pengetahuan, dan keterampilan
- 3) Meningkatkan profesionalisme pendidik dan tenaga kependidikan
- 4) Mewujudkan sistem teknologi informasi dan komunikasi
- 5) Melaksanakan manajemen berbasis sekolah dan organisasi pembelajar
- 6) Melaksanakan kegiatan ibadah
- 7) Melaksanakan kegiatan sedekah
- 8) Mewujudkan karakter jujur, disiplin, kreatif, kerja keras, dan empatik
- 9) Menciptakan karya seni berpotensi nasional dan global

c. Tujuan menengah 2013/2014 – 2017/2018

- 1) Mewujudkan lulusan yang memperoleh : Rerata hasil ujian nasional peringkat 3 tingkat Kota Magelang dan Prestasi nonakademik tingkat nasional.

- 2) Melaksanakan proses pembelajaran yang mampu melejitkan kompetensi sikap, pengetahuan, dan keterampilan.
- 3) Mewujudkan pendidik dan tenaga kependidikan profesional dan berprestasi tingkat nasional.
- 4) Mewujudkan sistem teknologi informasi dan komunikasi dalam manajemen dan pembelajaran.
- 5) Melaksanakan manajemen berbasis sekolah dan menciptakan organisasi pembelajar.
- 6) Melaksanakan kegiatan ibadah berjamaah
- 7) Membiasakan kegiatan bersedekah
- 8) Mewujudkan karakter jujur, disiplin, kreatif, kerja keras, dan empatik
- 9) Menciptakan karya seni berpotensi nasional dan global

d. Tujuan Pendek 2015/2016 (MANTAB MELESAT)

- 1) Mewujudkan lulusan yang memperoleh : Rerata hasil ujian nasional peringkat 3 tingkat Kota Magelang dan Prestasi nonakademik tingkat nasional
- 2) Melaksanakan proses pembelajaran yang mampu melejitkan kompetensi sikap, pengetahuan, dan keterampilan
- 3) Meningkatkan profesionalisme pendidik dan tenaga kependidikan yang berprestasi tingkat provinsi.
- 4) Mewujudkan sistem teknologi informasi dan komunikasi dalam manajemen dan pembelajaran
- 5) Melaksanakan manajemen berbasis sekolah dan merintis organisasi pembelajar
- 6) Melaksanakan kegiatan ibadah berjamaah, salat zuhur berjamaah, salat jumat berjamaah, kuliah pagi bagi siswa dan PTK muslim sedangkan siswa dan PTK nonmuslim menyesuaikan
- 7) Membiasakan kegiatan bersedekah tiap jumat
- 8) Membiasakan karakter jujur, disiplin, kreatif, kerja keras, dan empatik
- 9) Menciptakan karya seni berpotensi nasional

2. Kondisi Fisik

Kondisi fisik sekolah ini pada umumnya sudah baik dan memenuhi syarat untuk menunjang proses pembelajaran. Selain itu SMP Negeri 4 Kota Magelang memiliki fasilitas-fasilitas yang cukup memadai guna menunjang proses pembelajaran. Lokasi Sekolah ini strategis karena berada dekat dengan jalan raya, namun suasana belajar mengajar belum terlalu kondusif karena

lokasinya yang dekat dengan jalan raya dan menjadi satu dengan SD Negeri 4 Kota Magelang sehingga masih terlalu ramai. Luas lahan SMP Negeri 4 Kota Magelang adalah 5910 m².



Gambar. Denah Ruang SMP Negeri 4 Magelang

Beberapa Fasilitas Ruang yang ada di SMP Negeri 4 Kota Magelang, meliputi:

| No. | Jenis Fasilitas | Jumlah |
|-----|-------------------------------|--------|
| 1. | Ruang Kelas | 18 |
| 2. | Laboratorium IPA | 1 |
| 3. | Laboratorium Bahasa | 2 |
| 4. | Laboratorium Komputer | 1 |
| 5. | Laboratorium Multimedia | 1 |
| 6. | Perpustakaan | 1 |
| 7. | Ruang Kesenian | 1 |
| 8. | UKS | 1 |
| 9. | Ruang Bimbingan dan konseling | 1 |
| 10. | Ruang Guru | 1 |
| 11. | Kantor TU | 1 |
| 12. | Kantor Kepala Sekolah | 1 |
| 13. | Koperasi | 1 |
| 14. | Gedung Olahraga | 1 |
| 15. | Ruang tunggu atau Hall | 1 |
| 16. | Ruang Osis | 1 |
| 17. | Mushola | 1 |
| 18. | Kamar mandi WC | 16 |
| 19. | Dapur | 1 |
| 20. | Ruang Keterampilan | 1 |
| 21. | Tempat Parkir Sepeda Siswa | 1 |
| 22. | Lapangan Upacara | 1 |

| | | |
|-----|--------------------------|---|
| 23. | Tempat parkir motor guru | 1 |
| 24. | Kantin Sekolah | 3 |

Terdapat beberapa program sarana dan prasana, antara lain :

- Pengadaan/perawatan LCD
 - Perawatan mebelair kelas
 - Pengadaan papan tulis berpetak
 - Tempat cuci tangan kelas
 - Perawatan gudang
 - Kanopi penghubung ruang guru ke kelas
 - Taman kelas
 - Atap tangga gedung baru
 - Dag atap tangga aula
 - CCTV
 - Pengecatan kelas
 - Ruang dan perkakas Prakarya
 - Pompa air dan pompa taman
 - Pengadaan dan pemeliharaan taman
 - POS alat, ruang, dan kegiatan
 - Perawatan sanitasi : WC dan saluran air
 - Pengelolaan sampah
 - Pengadaan dan perawatan alat pembelajaran
 - Sarana Prasarana pendukung kegitan belajar mengajar
- 1) Media pengajaran

SMP N 4 Kota Magelang mempunyai media yang cukup memadai, hal ini ditandai dengan disemua kelas terdapat papan tulis yang baik (*whiteboard/blackboard*), kursi jumlah siswa, meja guru, papan mading, dan papan informasi kelas. Terdapat juga media berupa *LCD projector* di setiap kelas.
 - 2) Perpustakaan

Buku- buku di perpustakaan cukup lengkap tetapi masih perlu dilakukan penataan kembali mengingat kondisi ruangan yang kecil.
 - 3) OSIS

Kegiatan OSIS sudah berjalan dengan maksimal, seperti kegiatan upacara bendera untuk memperingati hari raya besar, kegiatan Pengenalan Lingkungan Sekolah (PLS), *classmeeting*, dll.

4) UKS

Fasilitas yang ada di UKS sudah baik, kondisi ruangan bersih dan nyaman.

5) BK

Terbagi atas konseling individu dan konseling kelompok. Kegiatan bimbingan belajar sudah berjalan dengan baik.

6) Ekstrakurikuler

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan salah satu alat pengenalan siswa pada hubungan sosial. Di dalamnya terdapat pendidikan pengenalan diri dan pengembangan kemampuan selain pemahaman materi pelajaran. Selain OSIS sebagai induk ekstrakurikuler di sekolah, kegiatan ekstrakurikuler lainnya adalah :

- a) Pramuka
- b) Paskibra
- c) Palang Merah Remaja (PMR)
- d) Olahraga (Bola Voli, Bola Basket, Karate, Tenis Meja, Tenis Lapangan)
- e) Kerohanian
- f) Musik
- g) Koperasi Sekolah

3. Kondisi Non Fisik

a. Keadaan Lingkungan

Lokasi SMP Negeri 4 Kota Magelang yang berada di dekat jalan raya dan menjadi satu tempat dengan SD Negeri 4 Magelang membuat kondisi belajar mengajar belum cukup kondusif.

b. Potensi siswa

Jumlah kelas total ada 18 ruang, 6 ruang untuk kelas VII, 6 ruang untuk kelas VIII, dan 6 ruang untuk kelas IX. Setiap kelas, rata-rata terdapat 32 siswa dan ada yang 24 siswa, sesuai dengan standar yang ditetapkan. Jumlah murid keseluruhan ada 520 anak, dengan rincian: kelas VII sebanyak 175 anak, kelas VIII sebanyak 175 anak dan kelas IX sebanyak 170 anak. Siswa SMP N 4 Kota Magelang memiliki prestasi antara lain :

- 1) UN peringkat 3 Kota Magelang(berimbas ke PPDB 2015/2016)
- 2) O2SN bulutangkis juara 3 Nasional
- 3) OSN IPA, Baca Puisi, Tilawah maju tingkat Provinsi
- 4) Band(drum) Asia Got Talent; Jateng-DIY juara 2
- 5) O2SN bulutangkis juara 3 Provinsi

- 6) TUB PBB dan pencak silat juara Kedu
- 7) KS dan Guru Berprestasi Kota Magelang
- 8) PMR maju tingkat Provinsi
- 9) Kluster 4 Kurikulum 2013
- 10) Kluntung: Kirab Adipura Kencana, Jambore Nasionalisme

e. Potensi guru

Jumlah tenaga pengajar keseluruhan sebanyak 50 orang, rata-rata bergelar sarjana. Setiap tenaga pengajar mengampu satu bidang studi tertentu. Terdapat tenaga pengajar/guru sebanyak 39 orang dan karyawan sebanyak 11 orang. 32 orang bergelar S1, 4 orang bergelar S2, 1 orang bergelar D1, 1 orang bergelar D2, 1 orang bergelar D3, 11 orang lainnya yang belum bergelar sarjana. Dari keseluruhan tenaga pengajar tersebut, 37 orang sudah menjadi guru tetap (GT) dan bergelar PNS dan 2 orang menjadi guru tidak tetap (GTT). Dibantu dengan jumlah tenaga TU sebanyak 5 orang dan 6 lainnya sebagai pegawai tidak tetap.

Terdapat beberapa prestasi PTK, antara lain :

- 1) Koordinator MGMP Bahasa Indonesia
- 2) Juara 4 LKG tingkat Nasional
- 3) Juara 5 Penulisan Cerita tingkat Provinsi
- 4) Juara 1 KS Berprestasi tingkat Kota
- 5) Juara 1 Guru Berprestasi tingkat Kota
- 6) Juara 6 KS Berprestasi tingkat Provinsi
- 7) Juara 2 Best Practice Guru tingkat Kota
- 8) Finalis Lomba Inovasi Pembelajaran tingkat Provinsi
- 9) Finalis Lomba Karya Ilmiah tingkat Nasional
- 10) Juara 2 OSN Guru tingkat Kota
- 11) 5 guru menjadi Ketua MGMP

B. Perumusan Program dan Rancangan Kegiatan PPL

1. Perumusan masalah

Terdapat beberapa permasalahan yang teridentifikasi setelah dilakukan observasi pembelajaran di SMP Negeri 4 Kota Magelang yang dirasa perlu adanya pemecahan, diantaranya kondisi siswa yang cukup ramai dan sebagian siswa kurang aktif, khususnya untuk siswa kelas VII, dan apabila diajak untuk berdiskusi biasanya siswa ramai dan mengobrol dengan teman satu kelompok sehingga yang perlu dipersiapkan adalah bagaimana pengelolaan kelas yang baik dan bagaimana penyampaian materi dengan kondisi siswa seperti di atas.

Permasalahan yang ditemukan yang berkaitan dengan bahan ajar yang digunakan yaitu buku yang digunakan siswa masih menggunakan buku matematika revisi 2014 padahal kurikulum sudah berganti menjadi kurikulum 2013 revisi 2016, sehingga pembelajaran yang berlangsung menjadi kurang optimal.

Berdasarkan analisis situasi dari hasil observasi, maka kelompok PPL UNY di SMP Negeri 4 Magelang berusaha merancang program kerja yang diharapkan dapat menjadi stimulus awal bagi pengembangan sekolah. Program kerja yang direncanakan telah mendapat persetujuan Kepala Sekolah, Dosen Pembimbing Lapangan dan hasil mufakat antara guru pembimbing dengan mahasiswa, yang disesuaikan dengan disiplin ilmu, keahlian dan kompetensi yang dimiliki oleh setiap personel yang tergabung dalam tim PPL UNY. Program kerja tersebut diharapkan dapat membangun dan memberdayakan segenap potensi yang dimiliki oleh SMP Negeri 4 Kota Magelang sebagai wilayah kerja tim PPL.

2. Rancangan Kegiatan PPL

PPL dimulai tanggal 15 Juli 2016 sampai dengan 15 September 2016 yang dilaksanakan di SMP Negeri 4 Kota Magelang. Agar pelaksanaan kegiatan PPL dapat terarah dengan baik dalam rangka mencapai apa yang diharapkan, maka diperlukan adanya penyusunan rencana program kegiatan PPL tersebut yaitu:

a. Perangkat Pembelajaran

1) Satuan Pelajaran

Satuan pelajaran disusun sebagai acuan bahan ajar yang akan disampaikan dalam setiap sub-kompetensi. Satuan pelajaran ini dibuat mahasiswa praktikan dengan mendapatkan bimbingan dari guru pembimbing.

2) Satuan Acara Pembelajaran

Satuan acara pembelajaran atau RPP dibuat berdasarkan Kurikulum 2013 Revisi 2016 (K-13). Satuan acara pembelajaran ini dibuat sebagai acuan dalam pembuatan satuan pelajaran. Mahasiswa PPL membuat satuan acara pembelajaran yang kemudian dikonsultasikan dengan guru pembimbing.

b. Proses Pembelajaran

1) Penyiapan Materi Bahan Ajar

a) Media Pembelajaran

b) Penyusunan Materi Pelajaran

2) Penyampaian Materi Ajar

- a) Memberikan Pengantar Materi (apersepsi)
- b) Teori/Praktek
- c) Tanya Jawab
- d) Diskusi
- e) Presentasi

c. Konsultasi dengan Guru Pembimbing

Sebelum melaksanakan praktik mengajar, praktikan konsultasi dengan guru pembimbing tentang materi apa saja yang akan disampaikan. Selain itu, praktikan juga konsultasi RPP (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran) dan tugas-tugas yang akan diberikan dengan guru pembimbing.

d. Penyusunan Laporan

Penyusunan laporan merupakan tugas akhir dari pelaksanaan PPL dan merupakan pertanggungjawaban atas pelaksanaan PPL. Data yang digunakan untuk menyusun laporan diperoleh melalui praktik mengajar maupun praktik persekolahan. Hasil dari laporan ini diharapkan selesai dan dikumpulkan atau untuk disyahkan sebelum waktu penarikan.

e. Penarikan PPL

Kegiatan penarikan PPL dilakukan tanggal 15 September 2016 yang sekaligus menandai berakhirnya kegiatan PPL di SMP Negeri 4 Kota Magelang pada tahun 2016. Kegiatan penarikan PPL dilakukan oleh Dosen Pembimbing Lapangan kepada pihak sekolah sebagai tanda bahwa telah selesainya PPL UNY 2016 di SMP Negeri 4 Kota Magelang.

BAB II

PERSIAPAN, PELAKSANAAN DAN ANALISIS HASIL

Pada bab ini akan diuraikan mengenai persiapan PPL, pelaksanaan program dan analisis hasil program PPL yang telah dirumuskan pada program PPL yang tertuang dalam matriks program kerja. Pelaksanaan program kerja dimulai pada minggu kedua bulan Juli 2016 tepatnya pada tanggal 15 Juli dan diakhiri pada minggu kedua bulan September 2016 tepatnya pada tanggal 15 September. Sebelum pelaksanaan program maka ada persiapan yang perlu dipersiapkan demi kelancaran program tersebut.

A. Persiapan

1. Kegiatan Pra PPL

Keberhasilan suatu kegiatan sangatlah tergantung dari persiapannya. Demikian pula untuk mencapai tujuan PPL yang dilaksanakan mulai 15 Juli hingga 15 September 2016, maka perlu dilakukan berbagai persiapan sebelum praktik mengajar. Persiapan-persiapan tersebut termasuk kegiatan yang diprogramkan dari lembaga UNY, maupun yang diprogramkan secara individu oleh mahasiswa. Persiapan-persiapan tersebut meliputi:

a. Pembekalan

Kegiatan pembekalan merupakan salah satu persiapan yang diselenggarakan oleh lembaga UNY, dilaksanakan dalam bentuk pembekalan PPL yang diselenggarakan oleh UPPL pada setiap program studi. Kegiatan ini wajib diikuti oleh calon peserta PPL. Materi yang disampaikan dalam pembekalan PPL adalah mekanisme pelaksanaan *micro teaching*, teknik pelaksanaan *micro teaching*, teknik pelaksanaan PPL dan teknik menghadapi serta mengatasi permasalahan yang mungkin akan terjadi selama pelaksanaan PPL. Mahasiswa yang tidak mengikuti pembekalan tersebut dianggap mengundurkan diri dari kegiatan PPL. Pembekalan program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi diadakan pada Februari 2016 bertempat di Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta.

b. Observasi kegiatan belajar mengajar di SMPN 4 Kota Magelang

Observasi dilakukan dalam dua bentuk, yaitu observasi pra PPL dan observasi kelas pra mengajar. Observasi PPL dilaksanakan pada bulan Februari 2016. Observasi pra mengajar untuk jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi dilaksanakan pada tanggal 21 Juli – 22 Juli 2016.

1). Observasi pra PPL

Observasi yang dilakukan, meliputi:

- a) Observasi fisik, yang menjadi sasaran adalah gedung sekolah, kelengkapan sekolah dan lingkungan yang akan menjadi tempat praktik
- b) Observasi proses pembelajaran, mahasiswa melakukan pengamatan proses pembelajaran dalam kelas, meliputi metode yang digunakan, media yang digunakan, administrasi mengajar berupa media pembelajaran, RPP dan strategi pembelajaran
- c) Observasi siswa, meliputi perilaku siswa ketika proses pembelajaran ataupun di luar itu. Digunakan sebagai masukan untuk menyusun strategi pembelajaran

2). Observasi kelas pra mengajar

Observasi dilakukan pada kelas yang akan digunakan untuk praktek mengajar, tujuan kegiatan ini antara lain :

- a) Mengetahui proses pembelajaran;
- b) Mempelajari situasi kelas;
- c) Mempelajari kondisi siswa (aktif/tidak aktif).

Observasi kelas dilakukan dengan tujuan mahasiswa memperoleh gambaran mengenai proses belajar mengajar di kelas, sehingga apabila mahasiswa mulai mengajar di depan kelas maka mahasiswa dapat mempersiapkan strategi yang tepat untuk menghadapi siswa. Adapun yang menjadi titik pusat kegiatan ini adalah segala sesuatu yang berhubungan dengan cara guru mengajar, yang meliputi perangkat pembelajaran, proses pembelajaran, dan perilaku siswa. Perangkat pembelajaran ini mencakup silabus dan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP). Proses pembelajaran mencakup membuka pelajaran, metode pembelajaran, penyajian materi, penggunaan bahasa, waktu, gerak, cara memotivasi siswa, teknik bertanya, penguasaan kelas, penggunaan media, bentuk dan cara evaluasi, dan menutup pelajaran. Sedangkan perilaku siswa mencakup perilaku siswa di kelas dan di luar kelas. Berdasarkan observasi ini praktikan telah mempunyai gambaran tentang sikap maupun tindakan yang harus dilakukan waktu mengajar.

c. Pengajaran Mikro (*Microteaching*)

Persiapan paling awal yang dilakukan oleh mahasiswa adalah mengikuti pembelajaran mikro. Setelah mengadakan observasi mahasiswa dapat belajar banyak dari proses pembelajaran yang sesungguhnya di SMP

Negeri 4 Kota Magelang. Setelah itu mahasiswa mengikuti kuliah pengajaran mikro. Pengajaran mikro dilaksanakan mulai Februari sampai Juni 2016. Dalam Pengajaran mikro mahasiswa melakukan praktek mengajar pada kelas kecil. Adapun yang berperan sebagai guru adalah mahasiswa sendiri dan yang berperan sebagai siswa adalah teman satu kelompok dengan didampingi seorang dosen pembimbing mikro yaitu Dr. Sugeng Purwanto, M.Pd. Dosen pembimbing mikro memberikan masukan, baik berupa kritik maupun saran setiap kali mahasiswa selesai praktik mengajar termasuk RPP. Berbagai macam metode dan media pembelajaran diuji cobakan dalam kegiatan ini, sehingga mahasiswa memahami media yang sesuai untuk setiap materi. Dengan demikian, pengajaran mikro bertujuan untuk membekali mahasiswa agar lebih siap dalam melaksanakan PPL, baik segi materi maupun penyampaian atau metode mengajarnya. Pengajaran mikro juga sebagai syarat bagi mahasiswa untuk dapat mengikuti PPL.

d. Persiapan sebelum mengajar

Sebelum mengajar di sekolah, mahasiswa harus mempersiapkan administrasi dan persiapan materi, serta media yang akan digunakan untuk mengajar agar proses pembelajaran dapat berjalan dengan baik dan lancar sesuai dengan rencana dan harapan. Persiapan-persiapan tersebut antara lain:

- 1) Pembuatan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang berisi rencana pembelajaran untuk setiap kali pertemuan
- 2) Pembuatan media, sebelum melaksanakan pembelajaran yang sesuai dan dapat membantu pemahaman siswa dalam menemukan konsep, yang dapat berupa objek sesungguhnya ataupun model.
- 3) Mempersiapkan alat dan bahan mengajar, agar pembelajaran sesuai dengan RPP yang telah dibuat.
- 4) Diskusi dan konsultasi dengan guru pembimbing yang dilakukan sebelum dan sesudah mengajar.
- 5) Diskusi dengan sesama mahasiswa, yang dilakukan baik sebelum maupun sesudah mengajar untuk saling bertukar pengalaman dan juga untuk bertukar saran dan solusi

2. Pembuatan Persiapan Mengajar

Persiapan mengajar sangat diperlukan sebelum mengajar. Melalui persiapan yang matang, mahasiswa PPL diharapkan dapat

memenuhi target yang ingin dicapai. Persiapan yang dilakukan untuk mengajar antara lain:

a. Konsultasi dengan dosen dan guru pembimbing.

Berdasarkan prosedur pelaksanaan PPL terbimbing, setiap mahasiswa sebelum mengajar wajib melakukan koordinasi dengan Dosen Pembimbing Lapangan PPL (DPL PPL) dan guru pembimbing di sekolah mengenai RPP dan waktu mengajar. Hal ini dikarenakan setiap mahasiswa yang akan melakukan praktik mengajar, guru atau dosen diusahakan dapat hadir untuk mengamati mahasiswa yang mengajar di kelas.

Koordinasi dan konsultasi dengan dosen dan guru pembimbing dilakukan sebelum dan setelah mengajar. Sebelum mengajar guru memberikan materi yang harus disampaikan pada waktu mengajar. Sedangkan setelah mengajar dimaksudkan untuk memberikan evaluasi cara mengajar mahasiswa PPL.

b. Penguasaan materi

Materi yang akan disampaikan pada siswa harus disesuaikan dengan kurikulum dan silabus yang digunakan. Selain menggunakan buku paket, penggunaan buku referensi yang lain sangat diperlukan agar proses belajar mengajar berjalan lancar. Mahasiswa PPL juga harus menguasai materi yang akan disampaikan.

c. Penyusunan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (*Lesson Plan*), berdasarkan silabus yang telah ada.

d. Pembuatan media pembelajaran

Media pembelajaran merupakan faktor pendukung yang penting untuk keberhasilan proses pengajaran. Media pembelajaran adalah suatu alat yang digunakan sebagai media dalam menyampaikan materi kepada siswa agar mudah dipahami oleh siswa. Media ini selalu dibuat sebelum mahasiswa mengajar agar penyampaian materi tidak membosankan. Media yang dibuat ada 2 macam yaitu yang berbasis teknologi dan manual

e. Pembuatan alat evaluasi (Lembar Kerja Siswa)

Alat evaluasi ini berfungsi untuk mengukur seberapa jauh siswa dapat memahami materi yang disampaikan. Alat evaluasi berupa latihan dan penugasan bagi siswa baik secara individu maupun kelompok.

B. Pelaksanaan PPL

1. Kegiatan Praktik Mengajar

Dalam pelaksanaan kegiatan PPL (praktik mengajar), mahasiswa mendapat tugas untuk mengajar mata pelajaran Matematika di kelas VII A, VII B, VII C, VII D, VII E, dan VII F. Dengan jumlah siswa masing-masing kelas berkisar antara 32 dan ada yang 24. Materi yang disampaikan disesuaikan dengan K-13 dan disesuaikan dengan susunan program pendidikan guru. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), kegiatan praktik mengajar dimulai pada tanggal 25 Juli 2016 dan berakhir pada tanggal 15 September 2016. Praktik mengajar di kelas dengan didampingi oleh guru pembimbing sebanyak 6 kali dan mengajar mandiri sebanyak 30 kali. Pendampingan dilakukan saat mahasiswa mengajar. Ini dilakukan agar mahasiswa terus mendapatkan masukan dari guru pembimbing, dan guru pembimbing bisa melihat peningkatan kualitas mahasiswa saat mengajar. Pada tahap ini, mahasiswa dinilai oleh guru pembimbing dan dosen pembimbing PPL, baik dalam membuat persiapan mengajar, melakukan aktivitas mengajar di kelas, kepedulian terhadap siswa, maupun penguasaan kelas.

Adapun hasil proses mengajar yang dilaksanakan oleh praktikan dari tanggal 25 Juli sampai dengan 15 September 2016 adalah sebagai berikut :

| No | Hari/Tgl | AlokasiWaktu | Kelas | Materi | Kegiatan |
|----|----------------------|--------------|-------|-------------------------|--|
| 1 | Senin, 25 Juli 2016 | 120 menit | VII A | • Tes kebugaran jasmani | • Lari bolak-balik, push up, sit up, back up dan naik turun tangga |
| 2 | Selasa, 26 Juli 2016 | 120 menit | VII C | • Tes kebugaran jasmani | • Lari bolak-balik, push up, sit up, back up dan naik turun tangga |

| | | | | | |
|---|------------------------|-----------|--------|---|---|
| | | 120 menit | VII F | <ul style="list-style-type: none"> • Tes kebugaran jasmani | <ul style="list-style-type: none"> • Lari bolak-balik, push up, sit up, back up dan naik turun tangga |
| 3 | Kamis, 28 Juli 2016 | 120 menit | VIII E | <ul style="list-style-type: none"> • Tes kebugaran jasmani | <ul style="list-style-type: none"> • Lari bolak-balik, push up, sit up, back up dan naik turun tangga |
| | | 120 menit | VIII D | <ul style="list-style-type: none"> • Senam Lantai | <ul style="list-style-type: none"> • Roll depan dan roll belakang |
| 4 | Senin, 1 Agustus 2016 | 120 menit | VII A | <ul style="list-style-type: none"> • Teknik dasar bola basket | <ul style="list-style-type: none"> • passing, dribbling, shooting |
| 5 | Selasa, 2 Agustus 2016 | 120 menit | VII C | <ul style="list-style-type: none"> • Teknik dasar bola basket | <ul style="list-style-type: none"> • passing, dribbling, shooting |
| | | 120 menit | VII F | <ul style="list-style-type: none"> • Teknik dasar bola basket | <ul style="list-style-type: none"> • passing, dribbling, shooting |
| 6 | Rabu, 3 Agustus 2016 | 120 menit | VII B | <ul style="list-style-type: none"> • Teknik dasar bola basket | <ul style="list-style-type: none"> • passing, dribbling, shooting |
| 7 | Senin, 8 Agustus 2016 | 120 menit | VII A | <ul style="list-style-type: none"> • Teori teknik dasar bolavoli | <ul style="list-style-type: none"> • Membaca materi di buku pasket, tanya jawab dan praktik posisi tubuh |

| | | | | | |
|----|-------------------------|-----------|----------------|-----------------------------------|---|
| | | | | | dan cara melakukan |
| 8 | Selasa, 9 Agustus 2016 | 120 menit | VII C | • Bola Tembak | • Melempar bola, bola yang digunakan adalah bola voli |
| | | 120 menit | VII F | • Bola Tembak | • Melempar bola, bola yang digunakan adalah bola voli |
| 9 | Kamis, 11 Agustus 2016 | 120 menit | VII E | • Teknik dasar bola basket | • passing, dribbling, shooting |
| 10 | Senin, 15 Agustus 2016 | 120 menit | VII A | • Bola Tembak | • Melempar bola, bola yang digunakan adalah bola voli |
| 11 | Kamis, 18 Agustus 2016 | 120 menit | VII E | • Teknik dasar bolavoli | • Passing bawah dan servis bawah |
| 12 | Jumat, 19 Agustus 2016 | 120 menit | VII D | • Observer, teknik dasar bolavoli | • Passing bawah dan servis bawah |
| 13 | Senin, 22 Agustus 2016 | 120 menit | VII A | • Teknik dasar bolavoli | • Passing bawah dan servis bawah |
| 14 | Selasa, 23 Agustus 2016 | 240 menit | VII C VII F | • Praktik lari jarak pendek | • teknik dan posisi tubuh start jongkok, aba-aba dalam lari |

| | | | | | |
|----|-------------------------|-----------|----------------|---|--|
| | | | | | jarak pendek, gerakan measuki garis finish |
| 15 | Rabu, 24 Agustus 2016 | 120 menit | VII B | <ul style="list-style-type: none"> • Teknik dasar bolavoli | <ul style="list-style-type: none"> • Passing bawah dan servis bawah |
| 16 | Kamis, 25 Agustus 2016 | 120 menit | VII E | <ul style="list-style-type: none"> • Lari jarak pendek | <ul style="list-style-type: none"> • teknik dan posisi tubuh start jongkok, aba-aba dalam lari jarak pendek, gerakan measuki garis finish |
| 17 | Jumat, 26 Agustus 2016 | 120 menit | VII D | <ul style="list-style-type: none"> • Lari jarak pendek | <ul style="list-style-type: none"> • teknik dan posisi tubuh start jongkok, aba-aba dalam lari jarak pendek, gerakan measuki garis finish |
| 18 | Senin, 29 Agustus 2016 | 120 menit | VII A | <ul style="list-style-type: none"> • Evaluasi dengan mengerjakan soal latihan dibuku paket | <ul style="list-style-type: none"> • Mengerjaka soal, tanya jawab |
| 19 | Selasa, 30 Agustus 2016 | 240 Menit | VII C VII F | <ul style="list-style-type: none"> • Penilaian teknik dasar bolabasket | <ul style="list-style-type: none"> • Dribbling dan passing dada |

| | | | | | |
|----|--------------------------|-----------|----------------|---|--|
| 20 | Rabu, 31 Agustus 2016 | 120 menit | VII B | <ul style="list-style-type: none"> • Penilaian teknik dasar bolabasket | <ul style="list-style-type: none"> • Dribbling dan passing dada |
| 21 | Kamis, 1 September 2016 | 120 menit | VII E | <ul style="list-style-type: none"> • Penilaian teknik dasar bolabasket | <ul style="list-style-type: none"> • Dribbling dan passing dada |
| 22 | Jumat, 2 September 2016 | 120 menit | VII D | <ul style="list-style-type: none"> • Penilaian teknik dasar bolabasket | <ul style="list-style-type: none"> • Dribbling dan passing dada |
| 23 | Senin, 5 September 2016 | 120 menit | VII A | <ul style="list-style-type: none"> • Penilaian teknik dasar bolabasket | <ul style="list-style-type: none"> • Dribbling dan passing dada |
| 24 | Selasa, 6 September 2016 | 240 menit | VII C VII F | <ul style="list-style-type: none"> • Penilaian teknik dasar bolavoli | <ul style="list-style-type: none"> • Passing bawah dan servis bawah |
| 25 | Rabu, 7 September 2016 | 120 menit | VII B | <ul style="list-style-type: none"> • Penilaian Bola voli | <ul style="list-style-type: none"> • Passing bawah dan servis bawah |
| 26 | Kamis, 8 September 2016 | 120 menit | IX A | <ul style="list-style-type: none"> • Permainan bolavoli | <ul style="list-style-type: none"> • Pemanasan dengan permainan dilanjutkan dengan bermain permainan sesungguhnya |
| | | 120 menit | VIII D | <ul style="list-style-type: none"> • Permainan bolavoli | <ul style="list-style-type: none"> • Pemanasan dengan permainan dilanjutkan dengan bermain permainan sesungguhnya |

| | | | | | |
|----|---------------------------------|-----------|----------------|--|---|
| 27 | Jumat, 9 September 2016 | 120 menit | VII D | <ul style="list-style-type: none"> • Penilaian Bolavoli | <ul style="list-style-type: none"> • Passing bawah dan servis bawah |
| 28 | Selasa, 13 September 2016 | 420 menit | VII C VII F | <ul style="list-style-type: none"> • Teknik dasar sepak bola | <ul style="list-style-type: none"> • Passing, dribbling |
| 29 | Rabu, 14 September 2016 | 120 menit | VII B | <ul style="list-style-type: none"> • Teknik dasar sepakbola | <ul style="list-style-type: none"> • Passing dan dribbling |
| 30 | Kamis, 15 September 2016 | 120 menit | VII E | <ul style="list-style-type: none"> • Latihan soal-soal dibuku paket, materi bolavoli, bolabasket, lari jarak pendek, kebugaran. | <ul style="list-style-type: none"> • Mengerjakan soal-soal latihan di kelas. |

2. Umpan Balik dari Pembimbing

Selama kegiatan praktik mengajar sampai tanggal 15 September 2016, mahasiswa mendapat bimbingan dari guru pembimbing dan dosen pembimbing PPL. Dalam kegiatan praktik pengalaman lapangan, guru pembimbing dan dosen pembimbing PPL sangat berperan dalam kelancaran penyampaian materi. Guru pembimbing di sekolah memberikan saran dan kritik kepada mahasiswa setelah selesai melakukan praktik mengajar sebagai evaluasi dan perbaikan guna meningkatkan kualitas pembelajaran selanjutnya. Dosen pembimbing PPL juga memberikan masukan tentang cara memecahkan persoalan yang dialami mahasiswa dalam melakukan proses pembelajaran.

Beberapa point evaluasi yang sangat penting untuk dicermati adalah :

- Penguasaan konsep materi adalah yang paling utama.
- Memberitahu tujuan pembelajaran agar siswa mengetahui materi yang harus mereka pahami
- Dalam manajemen waktu harus diperhatikan agar ketercapaian penyampaian materi dapat terpenuhi
- Harus dapat menguasai kelas agar siswa bias tetap kondusif.

- e. Setiap pertemuan harus dapat sampai pada tahap evaluasi.

C. Analisis Hasil Pelaksanaan dan Refleksi

Analisis hasil pelaksanaan PPL di SMP Negeri 4 Kota Magelang terdiri dari:

1. Analisis Pelaksanaan Program

a. Pelaksanaan program PPL

Rencana program PPL yang diselenggarakan Universitas, disusun sedemikian rupa sehingga dapat dilaksanakan sesuai waktu yang telah ditentukan. Berdasarkan catatan-catatan, selama ini seluruh program kegiatan PPL dapat terealisasi dengan baik. Mahasiswa seharusnya minimal 4 kali mengajar terbimbing yaitu dengan didampingi oleh guru pada saat mengajar dan minimal 4 kali mengajar mandiri yaitu mengajar sendiri tanpa didampingi oleh guru pembimbing. Ada kenyataannya mahasiswa telah mengajar lebih dari 8 kali pertemuan atau sekitar 36 kali pertemuan dengan jumlah RPP sebanyak 5 RPP. Dalam proses mengajar, didampingi oleh guru sebanyak 6 kali dan 30 kali mengajar mandiri. Setiap mengajar, mahasiswa berkonsultasi dengan guru pembimbing mengenai bahan ajar yang akan disampaikan dan media yang digunakan untuk mengajar. Setiap selesai mengajar, mahasiswa melakukan evaluasi dengan guru pembimbing agar mendapat kritik dan saran untuk proses pembelajaran selanjutnya.

2. Hambatan-hambatan

Selama mahasiswa melaksanakan PPL di SMP Negeri 4 Kota Magelang, mahasiswa PPL menemui beberapa hambatan yaitu ada kondisi kelas yang kadang kurang kondusif karena siswa ramai, kurang memperhatikan, atau malas bergerak, dan banyak siswa yang masih malu-malu untuk bertanya atau menyampaikan pendapat dan kadang siswa lebih banyak diam sehingga mahasiswa kurang bisa memahami apakah semua siswa sudah jelas dengan materi yang telah diajarkan.

Namun, hambatan-hambatan tersebut dapat dipecahkan dengan:

- a. Mahasiswa memberi perhatian yang lebih dengan memberikan pertanyaan atau teguran secara langsung kepada siswa.
- b. Mahasiswa menyampaikan materi dengan sedikit gurauan agar siswa tidak merasa bosan.
- c. Mahasiswa lebih tegas saat memberikan instruksi.
- d. Mahasiswa memberikan tanya jawab kepada siswa untuk mengetahui pemahaman mereka.

- e. Memberikan reward kepada siswa yang aktif dengan memberikan kertas keaktifan.

BAB III

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan kegiatan PPL yang telah dan masih dilaksanakan, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut.

1. Kegiatan PPL menjadikan mahasiswa dapat terjun langsung dan berperan aktif dalam lembaga pendidikan formal, menambah sudut pandang dan memperluas wawasan mahasiswa dalam lingkungan sekolah, membentuk mahasiswa agar lebih kreatif, inovatif dan percaya diri sebagai bagian dari masyarakat
2. Observasi pembelajaran dan pengenalan karakteristik siswa sangat penting dilakukan agar proses pembelajaran dapat berjalan lancar. Kemampuan mengobservasi yang tepat akan memudahkan menyusun strategi pembelajaran yang tepat pula sehingga akan memperlancar pelaksanaan pembelajaran
3. PPL mendewasakan cara berfikir dan meningkatkan daya penalaran mahasiswa dalam melakukan penelaahan, perumusan dan pemecahan masalah pendidikan
4. PPL memberikan kesempatan pada mahasiswa untuk menerapkan dan mengembangkan ilmu serta keterampilan yang dimiliki dalam kegiatan pembelajaran.

B. Saran

1. Bagi mahasiswa

- a. Mahasiswa harus mampu untuk menggunakan berbagai macam model atau metode pembelajaran sehingga pelajaran Matematika menjadi pelajaran yang menyenangkan
- b. Mahasiswa harus memiliki persiapan yang matang untuk melaksanakan PPL baik dari segi manajemen waktu maupun manajemen kelas. Hal lain yang juga harus dipersiapkan adalah fisik dan mental yang baik
- c. Mahasiswa harus mampu mengelola kelas dan siswa agar kegiatan belajar mengajar dapat terlaksana dengan baik. Pengelolaan kelas meliputi bagaimana mengkondisikan siswa agar siap untuk menerima pelajaran serta menerima pelajaran itu sendiri hingga sampai pada taraf evaluasi. Dalam pengelolaan kelas, sebisa mungkin melibatkan siswa sebagai kelompok aktif bukan terpusat pada guru saja.

2. Bagi sekolah

- a. Agar lebih meningkatkan pengetahuan guru dalam bidang teknologi, karena teknologi terutama berbasis IT sangat bermanfaat dalam menunjang proses pembelajaran kepada siswa
- b. Agar menambah variasi media pembelajaran. Hal ini bisa dilakukan dengan mencari atau membuat sendiri media-media pembelajaran yang mudah dan efektif bagi pembelajaran.
- c. Sekolah dapat bekerjasama dengan mahasiswa dalam setiap kegiatan dengan lebih baik.
- d. Hubungan yang sudah terjalin antara pihak sekolah dan UNY hendaknya lebih ditingkatkan dengan saling memberi masukan antara kedua belah pihak lembaga.
- e. Disiplin seluruh warga sekolah sebaiknya lebih ditingkatkan sehingga seluruh kegiatan di sekolah dapat terlaksana dengan baik sesuai dengan yang telah direncanakan.

3. Bagi Unit Program Pengalaman Lapangan (UPPL)

- a. UPPL hendaknya menciptakan mekanisme yang lebih baik dalam pemberian bantuan perlengkapan kegiatan PPL.
- b. Pembekalan kegiatan PPL sebaiknya lebih dimaksimalkan.
- c. Pengelolaan administrasi harus lebih baik

DAFTAR PUSTAKA

TIM UPPL, 2015, *Panduan PPL Universitas Negeri Yogyakarta 2015*, UNY PRESS, Yogyakarta.

TIM UPPL, 2015, *Panduan Pengajaran Mikro Universitas Negeri Yogyakarta 2015*, UNY PRESS, Yogyakarta.

LAMPIRAN



MATRIK PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
SMP N 4 MAGELANG
Alamat : Jl. Pahlawan No. 41 Magelang 56114

Nama sekolah/lembaga : SMPN 4 Magelang
 Alamat sekolah/lembaga : Jl. Pahlawan No. 41 Magelang
 Guru Pembimbing : Yuli Kusumastuti, S.Pd

Nama Mahasiswa : Muhammad Sururudin
No Mahasiswa : 13601241110
Fak/Jur/Prodi : FIK/POR/PJKR
Dosen Pembimbing : Dr. Sugeng Purwanto, M. Pd.

[illegible]

[illegible]

Magelang, 23 September 2016

Mengetahui,



Dosen Pembimbing Lapangan

Dr. Sugeng Purwanto, M.Pd
NIP. 19650325 200501 1 002

Guru Pembimbing

Yuli Kusumastuti, S.Pd
NIP. 19750723 200903 2 002

Praktikan PPL

Muhammad Sururudin
NIM. 13601241110

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Identitas Sekolah : SMP NEGERI 4 KOTA MAGELANG
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : VII / 1
Materi Pokok : Aktivitas Kebugaran Jasmani
Alokasi Waktu : 3 JP (1 x 3 x 40 menit)

A. Kompetensi Inti :

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (toleransi, gotongroyong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan social dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

| Kompetensi Dasar | Indikator Pencapaian Kompetensi |
|---|---|
| 3.7 Memahami konsep latihan peningkatan derajat kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan, dan pengukuran hasilnya. | 3.7.1.Mendiskusikan dan membuat kesimpulan latihan untuk meningkatkan kekuatan otot lengan, otot dada, otot bahu (<i>Push-up</i>) |
| | 3.7.2. Mendiskusikan dan membuat kesimpulan latihan untuk meningkatkan kekuatan dan Daya tahan otot perut (<i>Sit-up</i>) |
| | 3.7.3 Mendiskusikan dan membuat kesimpulan latihan untuk meningkatkan kekuatan otot dan daya tahan otot punggung (<i>Back-up</i>) |
| | 3.7.4. Mendiskusikan dan membuat kesimpulan latihan untuk meningkatkan kekuatan dan daya tahan anggota badan bagian bawah (Naik turun bangku) |
| | 3.7.5. Mendiskusikan dan membuat kesimpulan |

| | |
|---|--|
| | <p>untuk latihan sirkuit sederhana</p> <p>3.7.6. Mendiskusikan dan membuat kesimpulan untuk melakukan latihan kebugaran jasmani</p> |
| <p>4.7 Mencoba mengukur komponen kebugaran jasmani terkait kesehatan dan keterampilan berdasarkan norma instrumen yang digunakan.</p> | <p>4.7.1. Mempraktikkan latihan untuk meningkatkan kekuatan otot lengan, otot dada, otot bahu (<i>Push-up</i>)</p> <p>4.7.2. Mempraktikkan latihan untuk meningkatkan kekuatan dan Daya tahan otot perut (<i>Sit-up</i>)</p> <p>4.7.3 Mempraktikkan latihan untuk meningkatkan kekuatan otot dan daya tahan otot punggung (<i>Back-up</i>)</p> <p>4.7.4. Mempraktikkan latihan untuk meningkatkan kekuatan dan daya tahan anggota badan bagian bawah (Naik turun bangku)</p> <p>4.7.5. Mempraktikkan latihan sirkuit secara sederhana</p> <p>4.7.6. Mempraktikkan pengukuran latihan kebugaran jasmani</p> |

C. Deskripsi Materi Pembelajaran

Tema : Komponen kebugaran jasmani untuk meningkatkan kekuatan otot dan daya tahan tubuh

Sub Tema : Latihan kekuatan dan daya tahan otot tubuh

1. Materi Reguler

- a. Konsep latihan kebugaran jasmani
 - Pengertian
 - Manfaat latihan kebugaran jasmani
- b. Konsep latihan kekuatan dan daya tahan otot
 - Latihan untuk meningkatkan kekuatan otot lengan, otot dada, otot bahu (*Push-up*)
 - Latihan untuk meningkatkan kekuatan dan daya tahan otot perut (*Sit-up*)
 - Latihan untuk meningkatkan kekuatan otot dan daya tahan otot punggung (*Back-up*)

- Latihan untuk meningkatkan kekuatan dan daya tahan anggota badan bagian bawah (Naik turun bangku)

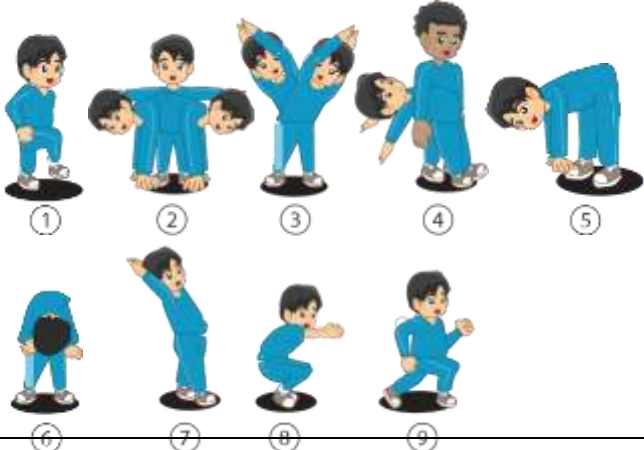
2. Materi Pembelajaran Remedial

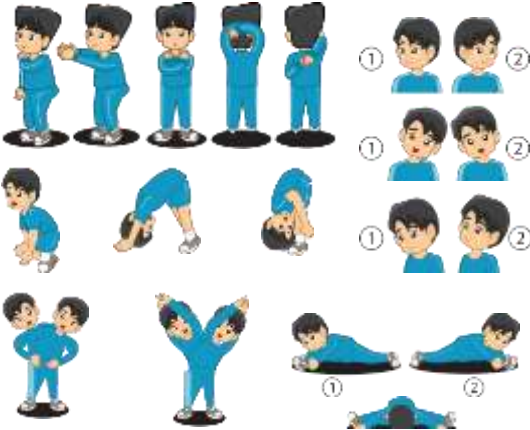
Pada dasarnya materi pembelajaran remedial adalah materi pembelajaran regular yang disederhanakan sehingga lebih mudah dipahami dan dilakukan. Misalnya siswa dikatakan remidial apabila dari semua rangkaian latihan kekuatan dan daya tahan otot belum mencapai hasill yang baik, maka siswa harus mengulangi rangkaian latihan kekuatan dan daya tahan otot.

3. Materi Pembelajaran Pengayaan

Materi pengayaan dikembangkan dari hasil latihan kekuatan dan daya tahan otot, dengan meningkatkan lagi hasil latihan dari hasil latihan sebelumnya.

D. Kegiatan Pembelajaran, Model pembelajaran Discovery Learning

| KEGIATAN | DISKRIPSI | WAKTU |
|-------------|--|-------------|
| Pendahuluan | <div> <ul style="list-style-type: none"> • Berbaris, berdoa, presensi, dan apersepsi • Memberikan motivasi • Melakukan pemanasan dengan penguluran otot (<i>strecing</i> dari bagian atas ke bawah) dengan peregangan dinamis dan statis. <div> 1. Peregangan dinamis </div> <div> Bentuk-bentuk latihan peregangan dinamis adalah sebagai berikut. a) Latihan kelenturan otot lengan dan bahu b) Latihan kelenturan otot leher c) Latihan kelenturan otot pinggang d) Latihan kelenturan otot tungkai </div> <div>  </div> </div> | 15 menit |

| | | |
|------|---|-------------|
| | <p>Gambar Bentuk-bentuk latihan peregangan dinamis untuk meningkatkan kelenturan</p> <p>2) Peregangan statis</p> <p>Bentuk-bentuk latihan peregangan statis adalah sebagai berikut.</p> <p>a) Latihan kelenturan otot fleksi siku</p> <p>b) Latihan kelenturan otot bahu</p> <p>c) Latihan kelenturan otot leher</p> <p>d) Latihan kelenturan otot pinggang</p> <p>e) Latihan kelenturan tungkai dan punggung</p> <p>f) Latihan kelenturan</p>  <p>Gambar Bentuk-bentuk latihan peregangan statis untuk meningkatkan kelenturan</p> | |
| Inti | <ul style="list-style-type: none">• Menanyakan kepada siswa bagaimana gerakan <i>push-up</i>, <i>sit-up</i>, <i>back-up</i>, dan naik turun bangku yang benar.• Pengarahan tentang alur tes kebugaran jasmani• Tiap kelompok menempati tiap pos• Siswa bersama kelompoknya mempelajari bagaimana gerakan <i>push-up</i>, <i>sit-up</i>, <i>back-up</i>, dan naik turun bangku yang benar. <p>1. Latihan Kekuatan Otot Kedua Lengan (<i>push-up</i>)</p> <p>Cara melakukan latihan kekuatan otot kedua lengan adalah sebagai berikut.</p> <p>1) Tidur terlungkup, kedua kaki rapat lurus ke belakang, ujung</p> | 85 menit |

- kaki bertumpu pada lantai.
- 2) Kedua telapak tangan di samping dada, jari-jari tangan menunjuk ke depan dan kedua siku ditekuk.
 - 3) Angkat badan ke atas hingga kedua tangan lurus, badan dan kaki merupakan garis lurus.
 - 4) Kemudian badan diturunkan kembali dengan jalan membengkokkan kedua siku, badan dan kedua kaki tetap lurus dan tidak menyentuh lantai.
 - 5) Lakukan latihan ini berulang-ulang.
- Peserta didik diminta mencoba mengamati dan merasakan gerakan yang dilakukannya.



Gambar Latihan kekuatan otot kedua lengan (Push-up)

2. Latihan Kekuatan Otot Perut (*Sit-up*)

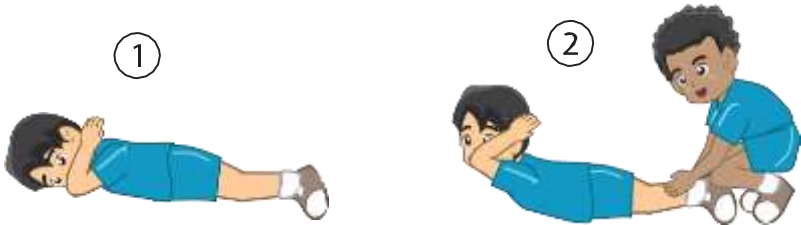
Cara melakukan latihan kekuatan otot perut adalah sebagai berikut.

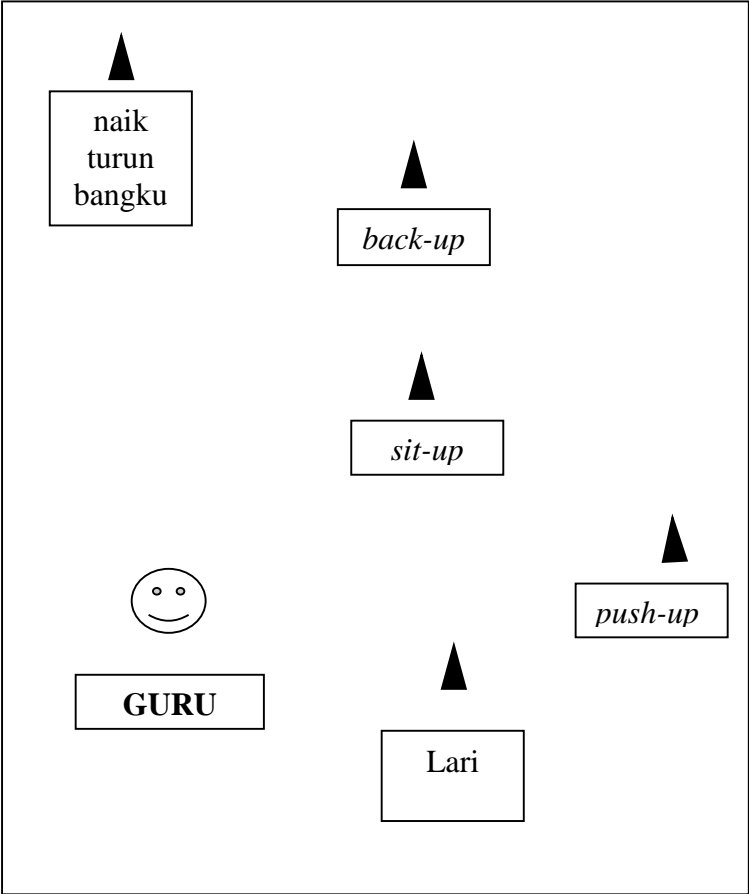
- 1) Tidur terlentang, kedua lutut ditekuk dan kedua tangan diletakkan di belakang kepala.
- 2) Angkat badan ke atas hingga duduk, kedua tangan tetap berada di belakang kepala.
- 3) Lakukan gerakan ini sebanyak-banyaknya.

Peserta didik diminta mencoba mengamati dan merasakan gerakan yang dilakukannya.



Gambar Latihan kekuatan otot perut (Sit-up)

| | | |
|--|--|--|
| | <p>3. Latihan Kekuatan Otot Punggung (<i>back-up</i>)</p> <p>Cara melakukan latihan kekuatan otot punggung adalah sebagai berikut.</p> <ol style="list-style-type: none">1) Tidur terlungkup, kaki rapat dan kedua tangan berpegangan di belakang kepala.2) Angkat badan dengan dada tidak menyentuh ke lantai, posisi kaki tetap masih menyentuh pada lantai,3) Agar kedua kaki tidak bergerak pergelangan kaki bisa dipegang oleh teman.4) Lakukan latihan ini berulang-ulang disesuaikan dengan irama hitungan. <p>Peserta didik diminta mencoba mengamati dan merasakan gerakan yang dilakukannya.</p> <div data-bbox="558 1031 1357 1255"></div> <p>Gambar Latihan kekuatan otot punggung (Back-up)</p> <p>4. Latihan Kekuatan Otot Tungkai (Naik turun bangku)</p> <p>Cara melakukan latihan kekuatan otot tungkai adalah sebagai berikut.</p> <ol style="list-style-type: none">1) Berdiri menghadap ke arah bangku yang akan digunakan untuk turun-naik.2) Setelah ada aba-aba peluit, naiklah ke atas bangku kemudian turun kembali.3) Pada waktu melakukan turun-naik, salah satu kaki harus menempel di atas bangku atau di lantai, tidak boleh melakukan gerakan melompat ke atas atau ke bawah.4) Latihan ini dilakukan berulang-ulang selama 3 menit terus-menerus tanpa berhenti. <p>Peserta didik diminta mencoba mengamati dan merasakan gerakan yang dilakukannya.</p> | |
|--|--|--|

| | | |
|--|---|--|
| | <div data-bbox="695 226 1188 264"><p>Gambar Latihan kekuatan otot tungkai</p></div> <div data-bbox="540 343 1321 433"><ul style="list-style-type: none">Mengeksplorasi bersama siswa bagaimana gerakan <i>push-up</i>, <i>sit-up</i>, <i>back-up</i>, dan naik turun bangku yang benar.</div> <div data-bbox="560 510 1307 1402"><p>The diagram illustrates a physical education circuit. It consists of six stations arranged in a loop, connected by black triangles indicating the sequence of movement. The stations are: 1. 'naik turun bangku' (up and down bench) at the top left; 2. 'back-up' at the top center; 3. 'sit-up' in the middle; 4. 'push-up' at the bottom right; 5. 'Lari' (run) at the bottom center; and 6. 'GURU' (teacher) at the bottom left, which includes a smiley face icon. The path starts at the teacher, goes clockwise through the other stations, and returns to the teacher.</p></div> <div data-bbox="540 1447 1344 2215"><ul style="list-style-type: none">Tiap kelompok membaca petunjuk tesGuru menyiapkan waktu untuk siswa melakukan tes kebugaran jasmaniSetiap siswa harus mencatat hasil tesMengasosiasi siswa agar bisa mengetahui fungsi dari gerakan <i>push-up</i>, <i>sit-up</i>, <i>back-up</i>, dan naik turun bangkuMengamati setiap perkembangan siswa pada saat melakukan tesSetelah selesai, tiap kelompok harus berpindah ke pos berikutnya, sampai mengikuti seluruh tes (pos)Setelah berada di pos terakhir setiap siswa wajib menghitung denyut nadiMengkomunikasikan kepada siswa untuk melaporkan hasil tes kepada guru</div> | |
|--|---|--|

| | | |
|---------|---|-------------|
| | <ul style="list-style-type: none">Guru menganalisis hasil latihan kekuatan dan daya tahan otot, apabila hasilnya siswa dikatakan bugar maka akan dilakukan pengayaan, dan apabila siswa belum mencapai tingkat kebugaran yang baik siswa melakukan remedial. | |
| Penutup | <ul style="list-style-type: none">Pendinginan, berbaris, tugas-tugas, melakukan refleksi, evaluasi proses pembelajaran, menarik kesimpulan dari hasil pembelajaranberdoa dan dibubarkan (alokasi waktu ini sudah memperhitungkan persiapan mengikuti mapel lain) | 20 menit |

E. Penilaian, Pembelajaran Remedial dan Pengayaan

1. Penilaian Pengetahuan

a. Petunjuk Penilaian

Setelah mempelajari materi aktivitas kebugaran jasmani, tugaskan kepada peserta didik untuk mengerjakan tugas kelompok di bawah ini dengan penuh rasa tanggung jawab.

b. Butir Soal Pengetahuan

| No | /Butir Pertanyaan | Kriteria Persekoran | | | | | Nilai Akhir |
|-----------------|---|---------------------|---|---|---|--|-------------|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | | |
| 1 | Jelaskan cara melakukan latihan <i>sit-up</i> untuk meningkatkan kekuatan otot perut! | | | | | | |
| 2 | Jelaskan cara melakukan latihan <i>push-up</i> untuk meningkatkan kekuatan otot lengan! | | | | | | |
| 3 | Jelaskan cara melakukan latihan <i>back-up</i> untuk meningkatkan daya tahan otot lengan! | | | | | | |
| Jumlah Scor max | | 12 | | | | | |

nilai Akhir :
$$\frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah Skor max}} \times 100$$

c. Kriteria Penilaian (Pengetahuan/Pemahaman)

- Skor 4 : jika peserta didik mampu menjelaskan tentang sikap awal,saat melakukan gerakan dan sikap akhir
- Skor 3 : jika peserta didik mampu menjelaskan dua kriteria di atas.
- Skor 2 : jika peserta didik mampu menjelaskan salah satu kriteria di atas.
- Skor 1 : jika tidak satupun kriteria di atas mampu dijelaskan.

2. Penilaian Keterampilan

a. Petunjuk Penilaian

Penilaian aspek keterampilan diberikan dalam dua bentuk, yaitu penilaian terhadap kesempurnaan/keterampilan sikap/cara melakukan proses suatu gerakan (penilaian sikap) dan penilaian produk dari gerakan tersebut (diambil ketepatan waktu melakukan gerakan).

b. Butir Soal Keterampilan (Unjuk Kerja)

1) Lakukan latihan kekuatan otot perut! Unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan proses suatu gerakan (penilaian proses) dan ketepatan melakukan gerakan (penilaian produk).

| Penilaian Keterampilan Gerak | | | | Nilai | Akhir Keterangan |
|--|--|---------------------------------------|---|-------|---------------------|
| Penilaian Proses | | | Penilaian Produk (Tes kekuatan otot perut / <i>Sit- up</i>) | | |
| Sikap awalan gerakan (Skor 4) | Proses melakukan gerakan (Skor 5) | Sikap akhir gerakan (Skor 4) | | | |
| | | |100 | | |

nilai Proses:
$$\frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah Skor max}} \times 100$$

nilai:
$$\frac{\text{skor akhir proses} + \text{skor produk}}{2}$$

2) Lakukan latihan kekuatan otot lengan, bahuu, dan dada! Unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan proses suatu gerakan (penilaian proses) dan ketepatan melakukan gerakan (penilaian produk).

| Penilaian Keterampilan Gerak | | | | Nilai | Akhir Keterangan |
|--|--|---------------------------------------|--|-------|---------------------|
| Penilaian Proses | | | Penilaian Produk (Tes kekuatan otot lengan, bahu, dan dada <i>/ push-up</i>) | | |
| Sikap awalan gerakan (Skor 4) | Proses melakukan gerakan (Skor 5) | Sikap akhir gerakan (Skor 4) | | | |
| | | | | | |

nilai Proses:
$$\frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah Skor max}} \times 100$$

nilai:
$$\frac{\text{skor akhir proses} + \text{skor produk}}{2}$$

3) Lakukan latihan daya tahan otot punggung! Unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan proses suatu gerakan (penilaian proses) dan ketepatan melakukan gerakan (penilaian produk).

| Penilaian Keterampilan Gerak | | | | Nilai | Akhir Keterangan |
|--|--|---------------------------------------|--|-------|---------------------|
| Penilaian Proses | | | Penilaian Produk (Tes kekuatan otot punggung/ <i>back-up</i>) | | |
| Sikap awalan gerakan (Skor 3) | Proses melakukan gerakan (Skor 4) | Sikap akhir gerakan (Skor 3) | | | |
| | | | | | |

nilai Proses:
$$\frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah Skor max}} \times 100$$

nilai:
$$\frac{\text{skor akhir proses} + \text{skor produk}}{2}$$

4) Lakukan latihan daya tahan otot kaki! Unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan proses suatu gerakan (penilaian proses) dan ketepatan melakukan gerakan (penilaian produk).

| Penilaian Keterampilan Gerak | | | | Nilai | Akhir Keterangan |
|--|--|---------------------------------------|---|-------|---------------------|
| Penilaian Proses | | | Penilaian Produk (Tes kekuatan otot kaki / naik turun bangku) | | |
| Sikap awalan gerakan (Skor 3) | Proses melakukan gerakan (Skor 4) | Sikap akhir gerakan (Skor 3) | | | |
| | | | | | |

nilai Proses:
$$\frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah Skor max}} \times 100$$

nilai:
$$\frac{\text{skor akhir proses} + \text{skor produk}}{2}$$

NILAI AKHIR PSIKOMOTOR :
$$\frac{\text{NILAI UK 1} + \text{NILAI UK 2} + \text{NILAI UK 3}}{3}$$

c. *Kriteria Penilaian Keterampilan (Unjuk Kerja)*

1) Kriteria Penilaian Proses

Kriteria skor: Pelaksanaan kekuatan (Proses)

- Sikap awal

Skor 4 jika:

- (1) sikap baring terlentang
- (2) kedua lutut ditekuk dan dirapatkan
- (3) kedua tangan menopang leher bagian belakang

Skor 3: jika hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar

Skor 2: jika hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar

Skor 1: jika tidak satupun kriteria dilakukan secara benar

- Pelaksanaan gerak

Skor 5 jika:

| No | Nama Peserta Didik | Aspek – aspek yang dinilai | | | Nilai = $\frac{K+P+P}{3}$ | Paraf Guru |
|----|--------------------|----------------------------|-------------|---------|------------------------------|------------|
| | | Ketrampilan | Pengatahuan | Prilaku | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Instrumen Remedial dan Pengayaan

a.Format Remedial

Remedial dilakukan apabila setelah diadakan penilaian pada kompetensi yang telah diajarkan pada peserta didik, nilai yang dicapai lidak memenuhi KKM (Kri- teria Ketuntasan Minimal) yang telah ditentukan. Berikut contoh format *remedial terhadap tiga peserta didik*.

| No | Nama Peserta | Target Kompetensi | | Aspek | Materi | Indikator | KKM | Bentuk Remedial | Nilai | | Keterangan |
|---------------------------|--------------|-------------------|-----|------------|----------|-----------|-----|---|-------|----------|------------|
| | | KD | | | | | | | Awal | Remedial | |
| 1. | Ratna | 4 | 4.7 | Kebudayaan | Kekuatan | Kekuatan | 80 | Penugasan latihan kekuatan dan daya tahan otot kaki di luar jam pelajaran | 66 | 83 | Terlampaui |
| 2. | Dwi Fikri | | | | | | | | | | |
| 3. | | | | | | | | | | | |
| Komentar Orang Tua Murid: | | | | | | | | | | | |

b. Format Pengayaan

Pengayaan dilakukan apabila setelah diadakan penilaian pada kompetensi yang telah diajarkan pada peserta didik, nilai yang dicapai melampaui KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yang telah ditentukan. Berikut contoh format *pengayaan terhadap enam peserta didik*.

| No | Nama | Target | | Aspek | Materi | Indikator | | Bentuk Pengayaan | Nilai | | Ket. |
|---------------------------|-------------|------------|-----|---|---|---|--------|---|-------|-----------|-----------------|
| | | Kompetensi | | | | | | | Awal | Pengakhir | |
| | | KD | | | | | | | | | |
| 1 | Fikrul | 4 | 4.7 | Kebug- bug- aran jas- man- i | Keku- atan dan daya- tahan otot- leng- a | Keku- -tan dan daya- tahan otot- leng- a | 7 5 | Penugasan latihan kekuatan dan daya- tahan otot kaki secara | 80 | 85 | Terlamp- aui |
| 2 | Akhsan | | | | | | | | 80 | 85 | |
| 3 | Ratna | | | | | | | | 80 | 85 | |
| 4 | Y. Dwi | | | | | | | | 80 | 85 | |
| 5 | R.. | | | | | | | | 80 | 85 | |
| 6 | Dadi Ar. | | | | | | | | 80 | 85 | |
| Komentar Orang Tua Murid: | | | | | | | | | | | |

F. Media Pembelajaran

1. Media

- 1) Model : Peragaan oleh guru atau peserta didik yang sudah memiliki kemampuan latihan kebugaran

2. Alat dan bahan

Alat yang dapat digunakan pada aktifitas kebugaran, sebagai berikut :

- 1) Cones ± 4 buah,
2) 1 buah stopwatch.

3. Sumber Belajar

1) Buku teks

2) Buku referensi :

- *Buku Pegangan guru Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Kelas VII*, Kemdikbud. (halaman 88-89)

Mengetahui,
Guru Mata Pelajaran



Yuli Kusumastuti, S.Pd

NIP. 19750723 200903 2 002

Magelang, 24 Juli 2016

Mahasiswa



Muhammad Sururudin

NIM. 13601241110

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)

Identitas Sekolah : SMP NEGERI 4 KOTA MAGELANG
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : VII / 1
Materi Pokok : Permainan Bolabasket
Alokasi Waktu : 6 JP (2 x 3 x 40 menit)

A. Kompetensi Inti

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori

B. Kompetensi Dasar

| No | Kompetensi Dasar | Indikator Pencapaian Kompetensi |
|----|--|--|
| 1. | 3.1 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental permainan bola besar. | <ul style="list-style-type: none">• 3.1.1 menyebutkan teknik dasar awalan chest pass, over head pass dan dribling• 3.1.2 menyebutkan teknik dasar tolakan ketika passing.• 3.1.3 menyebutkan teknik dasar akhiran setelah melakukan passing.• 3.1.4 menjelaskan cara melakukan passing dan dribling dalam |

| | | |
|----|---|--|
| | | permainan basket. |
| 2. | 4.1 mempraktikan teknik dasar permainan bola besar dengan menekankan gerak dasar fundamental. | <ul style="list-style-type: none">• 4.1.1 melakukan teknik dasar awalan passing dalam olahraga basket.• 4.1.2 melakukan teknik dasar tolakan ketika passing dalam permainan basket.• 4.1.3 melakukan gerakan lanjutan setelah passing yang aman.• 4.1.4 melakukan passing dengan tepat sasaran.• 4.1.5 melakukan teknik dasar dribling |

C. Materi pembelajaran

Tema : Permainan Bola Besar

Sub tema : permainan bolabasket

1. Materi Reguler

- a. teknik dasar melakukan chest pass
Materi selengkapnya dapat dilihat pada buku siswa hal. 23-24
- b. teknik dasar melakukan over head pass
Materi selengkapnya dapat dilihat pada buku siswa hal. 24
- c. aktivitas melempar dan menangkap bola
materi selengkapnya dapat dilihat pada buku siswa hal. 24-27
- d. aktivitas pembelajaran menggiring bola
materi selengkapnya dapat dilihat pada buku siswa hal. 27-31

2. Materi pembelajaran Remedial

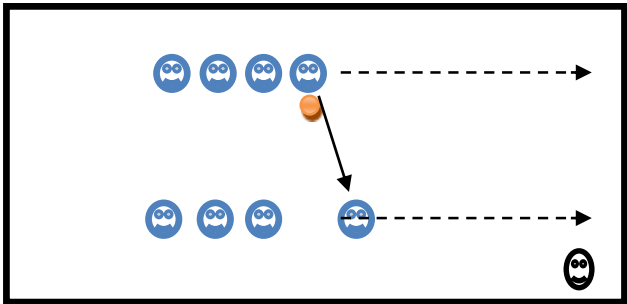
Pada dasarnya materi pembelajaran remedial adalah materi pembelajaran regular yang disederhanakan sehingga lebih mudah dipahami dan dilakukan. Misalnya siswa dikatakan remedial apabila dari semua rangkaian pembelajaran passing dan dribling belum mencapai hasil yang baik, maka siswa harus mengulangi rangkaian praktik passing dan dribling dalam bolabasket.




3. Materi pembelajaran pengayaan

Materi pengayaan dikembangkan dari materi pembelajaran reguler dengan meningkatkan faktor kesulitan dan peraturan serta strategi.

D. Kegiatan Pembelajaran (model pembelajaran discovery learning)

1. Pertemuan Pertama

| Kegiatan | Deskripsi | Waktu |
|-------------|--|----------|
| Pendahuluan | <ul style="list-style-type: none">Berbaris, berdoa, presensiApresepsi: “Apakah kalian tau Michael Jordan?”Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaranPemanasan (statis dan dinamis) <p>Peserta didik dibariskan empat bersyaf. Peserta didik melakukan lari keliling halaman sekolah sebanyak 3 kali. Kemudian dilanjutkan dengan bermain “buntut ular”</p> | 20 menit |
| Inti | <ul style="list-style-type: none">menanyakan kepada siswa bagaimana gerakan ketika melakukan passing, menangkap dan juga menggiring bola basket.Siswa dibagi menjadi 4 kelompok.Melakukan game 1, berupa permainan modifikasi lempar tangkap dengan bola basket.Guru mengumpulkan siswa dan mempersilahkan mereka untuk bertanya seputar permasalahan teknik chest pass yang dilakukan dalam permainan.Latihan, Siswa berpasangan melakukan gerakan chest pass secara bergantian dengan orang di depannya, setelah melakukan gerakan chest pass kemudian berlari menyampingLatihan ini dilakukan secara bergantian dan diulang-ulang.Guru mengawasi dan mengontrol latihan siswa, apabila ada kesalahan kemudian tugas guru untuk membenarkannya <div></div> | 80 menit |

| | | |
|---------|---|----------|
| | <p>Keterangan:</p> <p> siswa</p> <p>————> : arah chest pass</p> <p>-----> : arah berlari</p> <p> : bola</p> <p> : guru</p> <ul style="list-style-type: none">• Melakukan game 2 yang merupakan modifikasi permainan lempar tangkap bola basket yang mendekati sesungguhnya. | |
| Penutup | <ul style="list-style-type: none">• Pendinginan Guru menginstruksikan siswa untuk pendinginan secara berpasangan. Melakukan pendinginan dengan permainan (cepat tangkap jari)• Evaluasi• Penugasan Guru menginstruksikan kepada peserta didik untuk mempraktikkan materi yang telah dipelajari di rumah.• Berdoa• Pembubaran | 20 menit |

2. Pertemuan ke-2

| Kegiatan | Deskripsi | Waktu |
|-------------|---|----------|
| Pendahuluan | <ul style="list-style-type: none">Berbaris, berdoa, presensiApresepsi: “Apakah kalian tau LeBron James?”Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaranPemanasan (statis dan dinamis) <p>Peserta didik dibariskan empat bersyaf. Peserta didik melakukan lari keliling halaman sekolah sebanyak 3 kali. Kemudian dilanjutkan dengan bermain “Buntut Ular”</p> | 20 menit |
| Inti | <ul style="list-style-type: none">menanyakan kepada siswa bagaimana gerakan ketika menggiring bola basket.Siswa dibagi menjadi 4 kelompok.Melakukan game 1, berupa permainan modifikasi lempar tangkap dengan bola basket dengan ada unsur dribble didalamnya.Guru mengumpulkan siswa dan mempersilahkan mereka untuk bertanya seputar permasalahan teknik menggiring bola yang dilakukan dalam permainan.Latihan, Siswa secara bergantian melakukan dribble bola dengan jarak yang telah ditentukan.Latihan ini dilakukan secara bergantian dan diulang-ulang.Melakukan game 2 yang merupakan modifikasi permainan bolabasket yang mendekati sesungguhnya. | 80 menit |

| | | |
|---------|--|----------|
| Penutup | <ul style="list-style-type: none">• Pendinginan Guru menginstruksikan siswa untuk pendinginan secara berpasangan. Melakukan pendinginan dengan permainan (isyarat gerak)• Evaluasi• Penugasan Guru menginstruksikan kepada peserta didik untuk mempraktikkan materi yang telah dipelajari di rumah.• Berdoa• Pembubaran | 20 menit |
|---------|--|----------|

E. Penilaian

- 1. Teknik penilaian : Tes sikap, tes unjuk kerja, tes tertulis
- 2. Bentuk penilaian : Observasi, tes uraian

Rubrik Penilaian

Perilaku / Sikap Dalam Lempar Tangkap, Dribble Pada Bola Basket

| Perilaku / Siapak Yang Diharapkan | Ceklist (√) |
|-----------------------------------|-------------|
| 1. Komunikatif | |
| 2. Tanggung jawab | |
| 3. Toleransi | |
| 4. Kerja keras | |
| 3. Kejujuran | |
| 6. Kemandirian | |
| Jumlah skor yang diperoleh : | |
| Jumlah skor maksimal : 6 | |
| | |

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai sikap = x 15

Jumlah skor maksimal

Rubrik penilaian

Unjuk Kerja Lempar Tangkap Pada Bola Basket

| Aspek Yang Dinilai | Kualitas Gerak | | | |
|---------------------------------------|----------------|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 1. Posisi lengan | | | | |
| 2. Gerakan lecutan pergelangan tangan | | | | |
| 3. Posisi kaki saat melempar | | | | |
| 4. Hasil lemparan bola | | | | |
| 5. Gerakan follow up | | | | |
| Jumlah skor yang diperoleh : | | | | |
| Jumlah skor maksimal : 20 | | | | |

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai teknik =

x 15

Jumlah skor maksimal

Rubrik penilaian

Unjuk Kerja Dribble Pada Bola Basket

| Aspek Yang Dinilai | Kualitas Gerak | | | |
|---------------------------------------|----------------|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 1. Perkenaan telapak tangan pada bola | | | | |
| 2. Bentuk pantulan bola | | | | |
| Jumlah skor yang diperoleh : | | | | |
| Jumlah skor maksimal : 8 | | | | |

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai teknik =

x 20

Jumlah skor maksimal

Rubrik Penilaian

Kognitif / Pemahaman Konsep Lempar Tangkap, Dribble Pada Bola Basket

| Pertanyakan yang diajukan | Kualitas Jawaban | | | |
|--|------------------|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 1. Bagaimana posisi tangan agar lemparan tepat | | | | |

| | | | | |
|---|--|--|--|--|
| pada tujuan? | | | | |
| 2. Bagaimana cara agar pantulan bola mudah di control? | | | | |
| 3. bagaimana posisi tubuh ketika menggiring bola dalam rangka melindungi bola dari rebutan lawan? | | | | |
| Jumlah skor yang diperoleh : | | | | |
| Jumlah skor maksimal : 12 | | | | |

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai kognitif = $\frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 20$

Nilai akhir = nilai sikap + nilai teknik + nilai kognitif

F. Media Pembelajaran

1. Media

1) Model : peragaan oleh guru atau peserta didik yang sudah memiliki kemampuan teknik dasar bolabasket

2. Alat dan Bahan

Alat yang dapat digunakan pada aktifitas permainan bolabasket adalah, sebagai berikut :

- 1) lapangan basket
- 2) cones

3) peluit

3. Sumber Belajar

1) Buku Referensi :

- *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan kelas VII, Kemendikbud*
(hal. 20-31)

Mengetahui,
Guru Mata Pelajaran



Yuli Kusumastuti, S.Pd

NIP. 19750723 200903 2 002

Magelang, 31 Juli 2016
Mahasiswa



Muhammad Sururudin

NIM. 13601241110

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)

Identitas Sekolah : SMP NEGERI 4 KOTA MAGELANG
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : VII / 1
Materi Pokok : Permainan Bola Voli
Alokasi Waktu : 3 x 40 menit (1 x pertemuan)

A. Kompetensi Inti

- 1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
- 2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
- 3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
- 4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah kongkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

| Kompetensi Dasar | Indikator Pencapaian Kompetensi |
|--|--|
| 3.1 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental permainan bola besar. | 3.1.1 Menyebutkan teknik dasar awalan passing bawah dan service bawah. 3.1.2 Menyebutkan teknik dasar tolakan ketika passing bawah dan service bawah. 3.1.3 Menyebutkan teknik dasar akhiran setelah melakukan passing bawah dan service bawah. 3.1.4 Menjelaskan cara melakukan passing bawah dan service bawah dalam permainan bola voli. |

| | |
|---|--|
| 4.1 Mempraktikan teknik dasar permainan bola besar dengan menekankan gerak dasar fundamental. | 4.1.1 Melakukan teknik dasar awalan passing bawah dalam olahraga bola voli. 4.1.2 Melakukan teknik dasar tolakan ketika passing bawah dalam permainan bola voli. 4.1.3 Melakukan gerakan lanjutan setelah passing bawah dan service bawah yang aman. 4.1.4 Melakukan passing bawah dan service bawah dengan tepat sasaran. 4.1.5 Melakukan teknik dasar passing bawah dan service bawah dalam bola voli. |
|---|--|

C. Materi Pembelajaran

Tema : Permainan Bola Besar

Sub Tema : Permainan Bola Voli

1. Materi Reguler

- a. Teknik dasar melakukan passing bawah.
Materi selengkapnya dapat dilihat pada buku siswa hal. 15-17.
- b. Teknik dasar melakukan service bawah.
Materi selengkapnya dapat dilihat pada buku siswa hal.18-20.
- c. Bentuk-bentuk aktivitas pembelajaran service bawah.
Materi selengkapnya dapat dilihat pada buku siswa hal. 19-20.

2. Materi pembelajaran Remedial

Pada dasarnya materi pembelajaran remedial adalah materi pembelajaran regular yang disederhanakan sehingga lebih mudah dipahami dan dilakukan. Misalnya siswa dikatakan remedial apabila dari semua rangkaian pembelajaran passing bawah dan service bawah belum mencapai hasil yang baik, maka siswa harus mengulangi rangkaian praktik passing bawah dan service bawah tersebut dalam permainan bola voli.

3. Materi pembelajaran pengayaan

Materi pengayaan dikembangkan dari materi pembelajaran reguler dengan meningkatkan faktor kesulitan dan peraturan serta strategi.

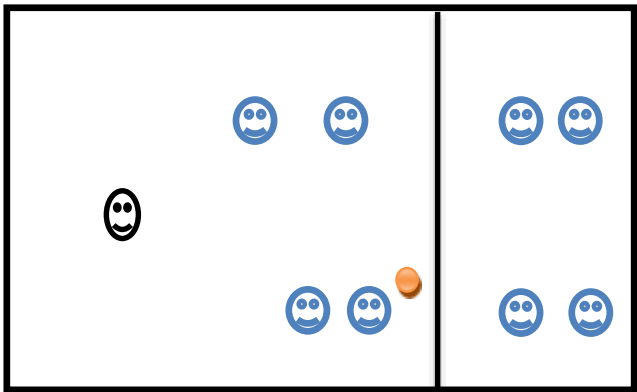
D. Kegiatan Pembelajaran (model pembelajaran discovery learning).

1. Pertemuan Pertama

| Kegiatan | Deskripsi | Waktu |
|-------------|--|----------|
| Pendahuluan | <ul style="list-style-type: none">• Berbaris, berdoa, presensi• Apresepsi: “Apakah kalian tahu Misbakhul Qoyyum?”• Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran• Pemanasan (statis dan dinamis) <p>Peserta didik dibariskan empat bersyaf. Peserta didik melakukan lari keliling halaman sekolah sebanyak 3 kali. Kemudian dilanjutkan dengan bermain “jaring ikan”. Guru memilih dua siswa sebagai penjaring dan siswa lain sebagai ikan. Tugas penjaring adalah menangkap ikan sebanyak mungkin. Ikan yang tertangkap ikut menjadi penjaring. Dalam menangkap ikan penjaring harus bergandengan tangan, sementara ikan bergerak menghindari penjaring. Wilayah permainan adalah seluas satu lapangan Voli.</p> | 20 menit |
| Inti | <ul style="list-style-type: none">• Siswa dibagi menjadi 4 kelompok.• Melakukan game 1, berupa permainan modifikasi bola voli yang mengandung unsur service bawah dan passing bawah. Permainan akan dimulai dengan sebuah service bawah, tim penerima service hanya diperbolehkan mengambil bola dengan passing bawah setelah bola satu kali memantul ke lantai/tanah. Begitu juga teman penerima passing sesama tim, harus menunggu dulu bola untuk memantul sekali ke tanah baru boleh melakukan passing bawah. Jika pada permainan sesungguhnya maksimal boleh mem-voli sebanyak tiga kali, pada permainan modifikasi ini hanya diperbolehkan maksimal 2 kali. Cara untuk mendapatkan point selain dengan membuat lawan tidak bisa mengembalikan bola. Dapat juga dengan | 80 menit |

mengarahkan bola ke anggota tim lawan yang sudah melakukan passing. Karena dalam permainan ini setiap siswa harus melakukan passing. Begitupun dengan service bawah, setiap siswa harus mencoba untuk melakukan service bawah.

- Guru mengumpulkan siswa, kemudian menanyakan kepada siswa mengenai apa kesulitan yang dihadapi ketika melakukan permainan modifikasi. Apabila tidak ada siswa yang bertanya, Guru dapat memberikan pertanyaan kepada siswa. Seperti : “dimana perkenaan bola pada tangan saat melakukan service bawah?”.
- Latihan, Siswa berpasangan melakukan gerakan passing bawah secara bergantian dengan orang di depannya, setelah melakukan gerakan passing bawah kemudian berlari menyamping.
- Latihan ini dilakukan secara bergantian dan diulang-ulang.
- Guru mengawasi dan mengontrol latihan siswa, apabila ada kesalahan kemudian tugas guru untuk membenarkannya.



Keterangan:

: siswa

| | | |
|---------|---|----------|
| | <div>🏐 : bola</div> <div>😊 : guru</div> <ul style="list-style-type: none">Setelah sesi latihan usai, kegiatan selanjutnya adalah melakukan game 2 yang merupakan modifikasi permainan bola voli yang hampir mendekati permainan sesungguhnya. | |
| Penutup | <ul style="list-style-type: none">Pendinginan Guru menginstruksikan siswa untuk pendinginan secara berpasangan. Melakukan pendinginan dengan permainan (angka bertepuk)EvaluasiPenugasan Guru menginstruksikan kepada peserta didik untuk mempelajari lagi mengenai materi bola voli di rumah.BerdoaGuru membubarkan barisan | 20 menit |

E. Penilaian

1. Teknik penilaian : Pengetahuan dan Keterampilan
2. Bentuk penilaian : Observasi, tes uraian

1) Rancangan Penilaian :

| No | Kompetensi Dasar | Teknik Penilaian | | Keterangan |
|----|--|------------------|--------------|--|
| | | Pengetahuan | Keterampilan | |
| 3 | 3.1 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental permainan bola besar. | Tes tertulis | | <ul style="list-style-type: none">Diberikan di akhir pelajaran dengan durasi waktu 5 menit.Bentuk soal jawaban singkat. |

| | | | | |
|---|--|--|---------|---|
| | | | | <ul style="list-style-type: none"> Jumlah soal : 4 butir. |
| 4 | 4.1 mempraktikkan teknik dasar permainan bola besar dengan menekankan gerak dasar fundamental. | | Praktik | <ul style="list-style-type: none"> Dilakukan pada saat proses pembelajaran (penilaian proses) Penilaian produk dilakukan di akhir pembelajaran inti |

1) Penilaian Sikap

Penilaian Jurnal

| No | Tanggal | Nama Peserta Didik | Catatan Perilaku | Butir Sikap |
|----|---------|--------------------|------------------|-------------|
| 1 | | | | |
| 2 | | | | |

2) Penilaian Pengetahuan

| No | Kompetensi Datar | Materi | Indikator Soal | Bentuk Soal | Jml Soal |
|----|--|---------------------------------------|--|-----------------|----------|
| 1 | 3.1 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental permainan bola besar. | Teknik dasar melakukan passing bawah. | Menyebutkan teknik dasar passing | Jawaban singkat | 2 |
| | | Teknik dasar melakukan service bawah | Menyebutkan teknik dasar service bawah | Jawaban singkat | 2 |

❖ Pedoman penskoran

a) Soal nomor 1

- 1) Skor 3, jika jawaban tepat
 - 2) Skor 2, jika jawaban kurang tepat
 - 3) Skor 1, jika jawaban salah
- b) Soal nomor 2
- 1) Skor 3, jika jawaban tepat
 - 2) Skor 2, jika jawaban kurang tepat
 - 3) Skor 1, jika jawaban salah
- c) Soal nomor 3
- 1) Skor 3, jika jawaban tepat
 - 2) Skor 2, jika jawaban kurang tepat
 - 3) Skor 1, jika jawaban salah
- d) Soal nomor 4
- 1) Skor 3, jika jawaban tepat
 - 2) Skor 2, jika jawaban kurang tepat
 - 3) Skor 1, jika jawaban salah

❖ Pengolahan skor

Jumlah skor maksimal 13

Skor perolehan siswa (SP)

Nilai yang diperoleh siswa : $SP/13 \times 100$

3) Penilaian Keterampilan

a. Petunjuk Penilaian

Siswa diminta melakukan teknik dasar gerakan passing bawah dan service bawah yang sebelumnya telah dijelaskan dan dicontohkan oleh guru maupun siswa yang telah mampu. Penilaian yang diberikan oleh guru meliputi unsur-unsur : sikap awalan, posisi kaki dan tangan, perkenaan bola terhadap tangan dan gerak lanjutan.

b. Butir Soal Keterampilan (Unjuk Kerja)

1) Siswa diminta melakukan latihan teknik dasar passing bawah dan service bawah secara bergantian sesuai pembagian kelompok.

| No | Nama Siswa | Indikator Penilaian Gerak Dasar Passing dan Service | | | | Nilai Akhir |
|----|------------|---|------------------------------|----------------------------------|----------------------|-------------|
| | | Sikap Awal (1-2) | Posisi Kaki dan Tangan (1-3) | Perkenaan Bola Pada Tangan (1-3) | Gerak Lanjutan (1-2) | |
| 1 | | | | | | |

| | | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|--|
| 2 | | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|--|

❖ Kriteria Penilaian

- Sikap awalan
 1. Tubuh rilex, tidak di kakukan
 2. Sikap Berdiri, badan sedikit direndahkan
 Cara Menilai :
 Nilai 2 apabila memenuhi 2 kriteria di atas.
 Nilai 1 apabila memenuhi 1 kriteria diatas
- Posisi Kaki dan Tangan
 1. Posisi kaki tidak sejajar, depan belakang
 2. Tangan diluruskan
 3. Kaki membentuk kuda-kuda
 Cara menilai :
 Nilai 3 apabila memenuhi 3 kriteria di atas.
 Nilai 2 apabila memenuhi 2 kriteria di atas.
 Nilai 1 apabila memenuhi 1 kriteria di atas.
- Perkenaan Bola Pada Tangan
 1. Perkenaan bola tepat pada pertengahan lengan bawah.
 2. Arah bola ke dalam area bertahan lawan
 3. Bola mengarah ke tempat yang sulit dijangkau lawan
 Cara Menilai :
 Nilai 3 apabila memenuhi 3 kriteria di atas.
 Nilai 2 apabila memenuhi 2 kriteria di atas.
 Nilai 1 apabila memenuhi 1 kriteria di atas.
- Gerak lanjutan
 1. Bergerak lanjutan kedepan.
 2. Seluruh tubuh secara perlahan ikut bergerak mengikuti gerakan teknik dasar bola voli yang dilakukan.
 Cara menilai :
 Nilai 2 apabila memenuhi 2 kriteria di atas.
 Nilai 1 apabila memenuhi 1 kriteria diatas

❖ Pengolahan skor

Jumlah skor maksimum 10
 Skor perolehan siswa (SP)
 Nilai yang diperoleh siswa : $SP/10 \times 100$

Komentar Orang Tua Murid:

F. Media Pembelajaran

1. Media

1) Model : peragaan oleh guru atau peserta didik yang sudah memiliki kemampuan teknik dasar bola voli.

2. Alat dan Bahan

Alat yang dapat digunakan pada aktifitas permainan bola voli adalah, sebagai berikut :

1) lapangan bola voli

2) bola voli

3) cones

4) peluit

3. Sumber Belajar

1) Buku Referensi :

- *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan kelas VII,*
Kemendikbud (hal. 12-20)

Mengetahui,
Guru Mata Pelajaran

Magelang, 8 Agustus 2016
Mahasiswa Praktik



Yuli Kusumastuti, S.Pd

NIP. 19750723 200903 2 002



Muhammad Sururudin

NIM. 13601241110

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)

Identitas Sekolah : SMP NEGERI 4 KOTA MAGELANG
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : VII / 1
Materi Pokok : Atletik (Lari Jarak Pendek)
Alokasi Waktu : 3 x 40 menit (1 x pertemuan)

A. Kompetensi Inti

- 1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
- 2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
- 3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
- 4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah kongkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

| Kompetensi Dasar | Indikator Pencapaian Kompetensi |
|--|--|
| 3.3 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, dan lompat). | 3.3.1 Menyebutkan teknik dasar start jongkok atau pertolakan. 3.3.2 Menyebutkan macam-macam start dalam lari jarak pendek. 3.3.3 Menyebutkan aba-aba start dalam lari jarak pendek. 3.3.4 Menyebutkan teknik dasar percepatan lari. 3.3.5 Menjelaskan teknik gerakan ketika memasuki garis finish dalam lari jarak pendek. |
| 4.3 mempraktikkan teknik | 4.3.1 Melakukan teknik dasar start |

| | |
|---|--|
| dasar atletik (jalan cepat, lari, lompat dan lempar) menekankan gerak dasar fundamentalnya. | jongkok atau pertolakan. 4.3.2 Mencoba macam-macam start dalam lari jarak pendek. 4.3.3 Melakukan start jongkok sesuai aba-aba yang sesungguhnya. 4.3.4 Melakukan percepatan dalam lari jarak pendek. 4.3.5 mempraktikan gerakan yang menguntungkan ketika semakin mendekati garis finish. |
|---|--|

C. Materi Pembelajaran

Tema : Atletik
Sub Tema: Lari Jarak Pendek

1. Materi Reguler

- a. Teknik dasar melakukan start jongkok.
Materi selengkapnya dapat dilihat pada buku siswa hal. 66 - 68.
- b. Teknik dasar melakukan lari sprint.
Materi selengkapnya dapat dilihat pada buku siswa hal.69.
- c. Aktivitas Pembelajaran Memasuki Garis Finish.
Materi selengkapnya dapat dilihat pada buku siswa hal. 69 - 70.
- d. Bentuk-bentuk aktivitas pembelajaran lari jarak penddek.
Materi selengkapnya dapat dilihat pada buku siswa hal. 70 – 76.

2. Materi Pembelajaran Remedial

Pada dasarnya materi pembelajaran remedial adalah materi pembelajaran regular yang disederhanakan sehingga lebih mudah dipahami dan dilakukan. Misalnya siswa dikatakan remedial apabila dari semua rangkaian pembelajaran Atletik lari jarak pendek belum mencapai hasil yang baik, maka siswa harus mengulangi rangkaian praktik lari jarak pendek tersebut dalam pembelajaran Atletik.

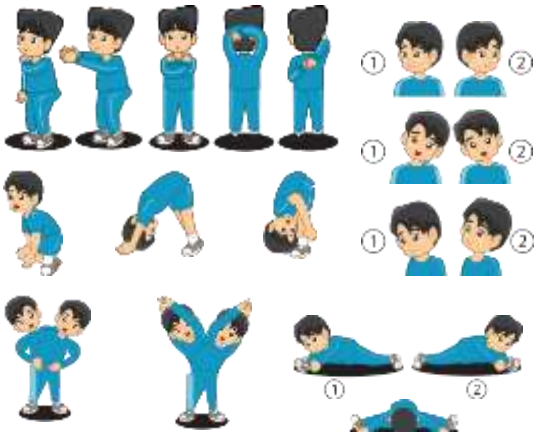

3. Materi Pembelajaran Pengayaan

Materi pengayaan dikembangkan dari materi pembelajaran reguler dengan meningkatkan faktor kesulitan dan peraturan serta strategi.

D. Kegiatan Pembelajaran (model pembelajaran discovery learning).

1. Pertemuan Pertama

| Kegiatan | Deskripsi | Waktu |
|-------------|---|----------|
| Pendahuluan | <ul style="list-style-type: none">Berbaris, berdoa, presensiApresepsi: “Apakah kalian tahu Ussain Bolt?” | 20 menit |

| | | |
|------|---|--|
| | <div><ul style="list-style-type: none">• Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran• Pemanasan<p>Peserta didik dibariskan empat bersyaf. Peserta didik melakukan lari keliling lapangan Rindam sebanyak 2 kali. Kemudian dilanjutkan dengan pemanasan statis dan dinamis.</p><div></div><p>Gambar Bentuk-bentuk latihan peregangan statis.</p><div></div><p>Gambar Bentuk-bentuk latihan peregangan dinamis.</p></div> | |
| Inti | <ul style="list-style-type: none">• Siswa dibariskan kembali setelah melakukan | |

| | | |
|---------|--|----------|
| | <p>pemanasan.</p> <ul style="list-style-type: none">• Guru memberikan penjelasan mengenai cara melakukan start jongkok.• Kemudian guru memberikan contoh langsung di depan para siswa mengenai posisi tubuh ketika start jongkok.• Peserta didik diperintahkan untuk ikut juga memposisikan tubuh seperti guru yang mencontohkan.• Question, guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk bertanya apabila terdapat ketidakjelasan.• Apabila tidak ada siswa yang bertanya, guru dapat memberikan pancingan komunikasi seperti memberikna pertanyaan seputar teknik dasar lari jarak pendek.• Kegiatan selanjutnya adalah siswa diperintahkan untuk mencoba praktik start jongkok yang dilanjutkan dengan berlari sejauh 30 m untuk latihan.• Setelah semua siswa mencoba, kegiatan selanjutnya adalah siswa akan sprint sejauh 100 m dan waktu tempuhnya akan dicatat sebagai acuan penilaian. | 80 menit |
| Penutup | <ul style="list-style-type: none">• Pendinginan Guru menginstruksikan siswa untuk pendinginan secara berpasangan. Melakukan pendinginan dengan permainan• Evaluasi• Penugasan Guru menginstruksikan kepada peserta didik untuk mempelajari lagi mengenai materi Atletik di rumah.• Berdoa• Guru membubarkan barisan | 20 menit |

E. Penilaian

- 1. Teknik penilaian : Pengetahuan dan Keterampilan
- 2. Bentuk penilaian : Observasi, tes uraian

1) Rancangan Penilaian :

| No | Kompetensi Dasar | Teknik Penilaian | | Keterangan |
|----|--|------------------|--------------|---|
| | | Pengetahuan | Keterampilan | |
| 3 | 3.3 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, dan lompat). | Tes tertulis | | <ul style="list-style-type: none">• Diberikan di akhir pelajaran dengan durasi waktu 5 menit.• Bentuk soal jawaban singkat.• Jumlah soal : 4 butir. |
| 4 | 4.3 mempraktikkan teknik dasar atletik (jalan cepat, lari, lompat dan lempar) menekankan gerak dasar fundamentalnya. | | Praktik | <ul style="list-style-type: none">• Dilakukan pada saat proses pembelajaran (penilaian proses)• Penilaian produk dilakukan di akhir pembelajaran inti |

1) Penilaian Sikap

Penilaian Jurnal

| No | Tanggal | Nama Peserta Didik | Catatan Perilaku | Butir Sikap |
|----|---------|--------------------|------------------|-------------|
| 1 | | | | |
| 2 | | | | |

2) Penilaian Pengetahuan

| No | Kompetensi Datar | Materi | Indikator Soal | Bentuk Soal | Jml Soal |
|----|--|---------------------------------------|---|-----------------|----------|
| 1 | 3.3 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, dan lompat). | Teknik dasar melakukan start jongkok | Menyebutkan teknik dasar start | Jawaban singkat | 2 |
| | | Teknik dasar melakukan gerakan finish | Menyebutkan teknik dasar gerakan finish | Jawaban singkat | 2 |

Soal Pengetahuan :

1. Sebutkan macam-macam start jongkok !
2. Pada aba-aba apakah seorang pelari mulai bisa berlari pada lari jarak pendek?
3. Bagaimana seharusnya kecepatan lari ketika mendekati garis finish?
4. Posisi tubuh yang bagaimanakah yang tepat ketika melewati garis finish?

❖ Pedoman penskoran

a) Soal nomor 1

- 1) Skor 3, jika jawaban tepat
- 2) Skor 2, jika jawaban kurang tepat
- 3) Skor 1, jika jawaban salah

b) Soal nomor 2

- 1) Skor 3, jika jawaban tepat
- 2) Skor 2, jika jawaban kurang tepat
- 3) Skor 1, jika jawaban salah

c) Soal nomor 3

- 1) Skor 3, jika jawaban tepat
- 2) Skor 2, jika jawaban kurang tepat
- 3) Skor 1, jika jawaban salah

d) Soal nomor 4

- 1) Skor 3, jika jawaban tepat
- 2) Skor 2, jika jawaban kurang tepat
- 3) Skor 1, jika jawaban salah

❖ Pengolahan skor

Jumlah skor maksimal 13
Skor perolehan siswa (SP)
Nilai yang diperoleh siswa : $SP/13 \times 100$

3) Penilaian Keterampilan

a. Petunjuk Penilaian

Siswa diminta melakukan teknik dasar gerakan lari jarak pendek yang sebelumnya telah dijelaskan dan dicontohkan oleh guru maupun siswa yang telah mampu. Penilaian yang diberikan oleh guru meliputi unsur-unsur : sikap awalan, posisi kaki dan tangan, pandangan mata, percepatan ketika berlari dan gerakan finish.

b. Butir Soal Keterampilan (Unjuk Kerja)

1) Siswa diminta melakukan latihan teknik dasar passing bawah dan service bawah secara bergantian sesuai pembagian kelompok.

| No | Nama Siswa | Indikator Penilaian Gerak Dasar Passing dan Service | | | | Nilai Akhir |
|----|------------|---|------------------------------|-------------------------|----------------------|-------------|
| | | Sikap Awal (1-2) | Posisi Kaki dan Tangan (1-3) | Percepatan sprint (1-3) | Gerakan finish (1-2) | |
| 1 | | | | | | |
| 2 | | | | | | |

❖ Kriteria Penilaian

- Sikap awalan
 1. Tubuh rilex, tidak di kakukan
 2. Apabila seperti yang dicontohkan oleh GuruCara Menilai :
Nilai 2 apabila memenuhi 2 kriteria di atas.
Nilai 1 apabila memenuhi 1 kriteria diatas
- Posisi Kaki dan Tangan
 1. Posisi kaki membentuk posisi power
 2. Tangan diluruskan
 3. Kaki berada diantara kedua lenganCara menilai :
Nilai 3 apabila memenuhi 3 kriteria di atas.
Nilai 2 apabila memenuhi 2 kriteria di atas.
Nilai 1 apabila memenuhi 1 kriteria di atas.

- Percepatan Ketika Berlari
 1. Awal start pandangan kebawah melihat track lintasan lari.
 2. Perlahan-lahan pandangan kedepan
 3. Terjadinya percepatan gerak

Cara Menilai :

Nilai 3 apabila memenuhi 3 kriteria di atas.

Nilai 2 apabila memenuhi 2 kriteria di atas.

Nilai 1 apabila memenuhi 1 kriteria di atas.
 - Gerakan finish
 1. meningkatkan kecepatan ketika akan melewati garis finish.
 2. Seluruh tubuh secara perlahan ikut bergerak mengikuti gerakan teknik dasar lari jarak pendek.

Cara menilai :

Nilai 2 apabila memenuhi 2 kriteria di atas.

Nilai 1 apabila memenuhi 1 kriteria diatas
- ❖ Pengolahan skor
- Jumlah skor maksimum 10
- Skor perolehan siswa (SP)
- Nilai yang diperoleh siswa : $SP/10 \times 100$

Instrumen Remedial dan Pengayaan

Remedial dilakukan apabila setelah diadakan penilaian pada kompetensi yang telah diajarkan pada siswa, nilai yang dicapai tidak memenuhi KBM (Ketuntasan Belajar Minimal) atau KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yang telah ditentukan. Berikut contoh format remedial terhadap dua siswa.

a) Format Remedial

| No. | Nama Peserta | Target Kompetensi | Aspek | Materi | Indikator | KKM | Bentuk Remedial | Nilai | | Keterangan |
|-----|--------------|-------------------|-------|--------|-----------|-----|-----------------|-------|----------|------------|
| | | KD | | | | | | Awal | Remedial | |

| | | | | | | | | | | | |
|---------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 1. | | | | | | | | | | | |
| 2. | | | | | | | | | | | |
| 3. | | | | | | | | | | | |
| Komentar Orang Tua Murid: | | | | | | | | | | | |

b) Format Pengayaan

Pengayaan dilakukan apabila setelah diadakan penilaian pada kompetensi yang telah diajarkan pada siswa, nilai yang dicapai melampaui KBM (Ketuntasan Belajar Minimal) atau KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yang telah ditentukan. Berikut contoh format pengayaan terhadap tiga siswa.

| No. | Nama Peserta Didik | Target Kompetensi | | Aspek | Materi | Indikator | KKM | Bentuk Pengayaan | Nilai | | Ket. |
|---------------------------|--------------------|-------------------|--|-------|--------|-----------|-----|------------------|-------|-----------|------|
| | | KD | | | | | | | Awal | Pengayaan | |
| 1 | | | | | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | | | | | |
| 3 | | | | | | | | | | | |
| Komentar Orang Tua Murid: | | | | | | | | | | | |

F. Media Pembelajaran

1. Media

1) Model : peragaan oleh guru atau peserta didik yang sudah memiliki kemampuan teknik dasar lari jarak pendek.

2. Alat dan Bahan

Alat yang dapat digunakan pada aktifitas lari jarak pendek adalah, sebagai berikut :

1) Stop Watch

2) Meteran

3) Peluit

4) Lintasan Lari Sprint

3. Sumber Belajar

1) Buku Referensi :

- Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan kelas VII, Kemendikbud (hal. 66 - 76)

Mengetahui,
Guru Mata Pelajaran



Yuli Kusumastuti, S.Pd

NIP. 19750723 200903 2 002

Magelang, 24 Agustus 2016
Mahasiswa Praktik



Muhammad Sururudin

NIM. 13601241110

DAFTAR NILAI
KELAS VII A

A. Kebugaran Jasmani, 25-07-2016

| No. | Nama | Waktu tempuh | nilai | Keterangan |
|-----|----------------------------|--------------|-------|-------------|
| 1. | Achmad Ziad Puguh S. | 1.08.07 | 85 | Baik |
| 2. | Alfina Azka Naufa | 1.23.62 | 75 | Cukup |
| 3. | Alfinda Nur Chofiana R. | 1.16.87 | 80 | Baik |
| 4. | Ananda Putra Ramadhani | 1.27.00 | 75 | Cukup |
| 5. | Arga Alundra Adhitya P. | 1.29.35 | 75 | Cuku |
| 6. | Aulia Safira | 1.26.56 | 75 | Cukup |
| 7. | Beny Angga Pratama | 0.57.12 | 90 | Sangat baik |
| 8. | Devi Wulandari | 1.25.78 | 75 | Cukup |
| 9. | Dhina Ayu Lestari | 1.10.47 | 85 | Baik |
| 10. | Dilla Aulia Nazrita | 1.54.13 | 70 | Cukup |
| 11. | Ellia Debby Leonny P.S. | 1.07.91 | 85 | Baik |
| 12. | Festy Selvira I. | 1.49.84 | 70 | Cukup |
| 13. | Gerry Raditya Az Zufar | 1.19.09 | 80 | Baik |
| 14. | Ivanalie Gretza C. | 1.23.84 | 75 | Cukup |
| 15. | Izal Gymnastiar | 1.11.22 | 80 | Baik |
| 16. | Mona Salwa Az Zahra | 1.26.41 | 75 | Cukup |
| 17. | Muhammad Naufal Zaidan | 0.58.81 | 90 | Sangat baik |
| 18. | Muhammad Ryan Alfauzi | 1.04.69 | 85 | Baik |
| 19. | Nanda Sari Abdillah | 1.18.00 | 80 | Baik |
| 20. | Naufal Muhammad Raihan | 1.02.75 | 85 | Baik |
| 21. | Nicolaus Abimanyu | 1.01.28 | 85 | Baik |
| 22. | Nisfu Rahma Isnaini | 1.11.75 | 80 | Baik |
| 23. | Permata Al Azza | 1.31.66 | 70 | Cukup |
| 24. | Rebecca Anastasia Hartono | 1.42.69 | 70 | Cukup |
| 25. | Rheny Arya Saputra | 1.12.78 | 80 | Baik |
| 26. | Ryo Adhitya Dhava P.H | 1.01.25 | 85 | Baik |
| 27. | Salfadilla Nashwa Sulaeman | 1.25.44 | 75 | Cukup |
| 28. | Salsabila Swastika Putri | 1.14.00 | 80 | Baik |
| 29. | Satrio Hanindito Wahyu D. | 1.06.75 | 85 | Baik |
| 30. | Tabitha Petrananda Sri K. | 1.20.78 | 79 | Cukup |
| 31. | Yohanes Okka Prasetyo | 1.02.82 | 85 | Baik |

DAFTAR NILAI
KELAS VII B

A. Tes Kebugaran Jasmani,

| No. | Nama | Waktu tempuh | nilai | Keterangan |
|-----|-------------------------------------|--------------|-------|----------------|
| 1. | AHMAD FADLY HIKAM | 1.30.35 | 70 | Cukup |
| 2. | ALEXANDER OLLYVIO KRISTO SENTONO | 1.30.38 | 70 | Cukup |
| 3. | ANINDYA SALSABILA PUTRI | 1.16.03 | 80 | Baik |
| 4. | ARIF KURNIA ROHMAN | 1.01.88 | 85 | Baik |
| 5. | ATINA SABEELA AISYIYAH | 1.31.43 | 70 | Cukup |
| 6. | BIMO KARTIKA UTAMA ADISA PUTRA | 1.29.09 | 75 | Cukup |
| 7. | CYNTIA ARDITA BUDIONO | 1.14.06 | 80 | Baik |
| 8. | DIMAS ENDIARTO | 1.14.65 | 80 | Baik |
| 9. | DITA INDAH SARI | 1.08.46 | 85 | Baik |
| 10. | ESAI CAHYALINTANG | 1.10.43 | 86 | baik |
| 11. | IRENEUS CHANDRA LINTANG SASMITA | 1.15.78 | 80 | Baik |
| 12. | MARIA BENECDITA AZALIA PUTRI | 1.06.13 | 85 | baik |
| 13. | MUHAMMAD DHAFI KURNIAWAN | 1.33.56 | 70 | cukup |
| 14. | MUHAMMAD IRFAN CHUDLORI | 0.50.41 | 90 | Sangat baik |
| 15. | NABILA ASIH PRATIWI | 1.00.06 | 85 | Baik |
| 16. | NADIA PUTRI KUSTIONO | 1.19.56 | 80 | Baik |
| 17. | PUTRI ARMEDA WULANDARI | 1.23.84 | 75 | Cukup |
| 18. | RIO ANGGARA | 1.02.97 | 85 | Baik |
| 19. | RIZALDI ADE PRASETYO | 0.46.90 | 90 | Sangat Baik |
| 20. | ROSARIA VANI KURNIASARI | 1.11.18 | 80 | Baik |
| 21. | SAFIRA NISA FISABILILLAH | 1.06.47 | 85 | Baik |

| | | | | |
|-----|-----------------------------------|---------|----|----------------|
| 22. | SILVIA INDRIANA AYU | 1.09.18 | 85 | Baik |
| 23. | SKOLASTIKA KRISANTI | 1.00.00 | 87 | baik |
| 24. | TITIS MAHARGANI WIDOYO RUSTI | 0.45.94 | 90 | Sangat baik |
| 25. | UNTSA APRIMELIA VALENT R. | 1.05.31 | 85 | Baik |
| 26. | VIKRA HERLIN SANDYAKARA | 0.50.03 | 90 | Sangat Baik |
| 27. | VINCENTIUS DIMAS PUTRA PRATAMA | 0.50.97 | 90 | sangat baik |
| 28. | VINSENSIUS KRISNA DWI PUTRA | 1.23.72 | 75 | Cukup |
| 29. | VIO RADHITIA | 1.08.22 | 85 | Baik |
| 30. | VIRGIAWAN KAKA | 1.07.78 | 85 | Baik |
| 31. | YOHANES KUSUMA EKO WARDANA | 0.55.28 | 90 | Sangat Baik |
| 32. | YULIA SETIA KUSUMA | 1.00.38 | 87 | Baik |

B. Teknik Dasar Bolabasket,

1. Dribble

| No. | Nama | Waktu tempuh | nilai | Keterangan |
|-----|-------------------------------------|--------------|-------|------------|
| 1. | AHMAD FADLY HIKAM | 11.87 | 85 | Baik |
| 2. | ALEXANDER OLLYVIO KRISTO SENTONO | 14.63 | 85 | baik |
| 3. | ANINDYA SALSABILA PUTRI | 20.55 | 80 | cukup |
| 4. | ARIF KURNIA ROHMAN | 13.69 | 85 | Baik |
| 5. | ATINA SABEELA AISYIYAH | 22.88 | 80 | Cukup |
| 6. | BIMO KARTIKA UTAMA ADISA PUTRA | 14.28 | 85 | Baik |
| 7. | CYNTIA ARDITA BUDIONO | 18.03 | 85 | Baik |
| 8. | DIMAS ENDIARTO | 14.22 | 85 | Baik |
| 9. | DITA INDAH SARI | 13.38 | 85 | Baik |
| 10. | ESAI CAHYALINTANG | 18.06 | 85 | baik |
| 11. | IRENEUS CHANDRA LINTANG SASMITA | 16.53 | 85 | Baik |
| 12. | MARIA BENECDITA AZALIA PUTRI | 22.22 | 80 | cukup |
| 13. | MUHAMMAD DHAFI KURNIAWAN | 22.32 | 80 | cukup |
| 14. | MUHAMMAD IRFAN CHUDLORI | 11.66 | 85 | Baik |
| 15. | NABILA ASIH PRATIWI | 16.72 | 85 | Baik |
| 16. | NADIA PUTRI KUSTIONO | 22.18 | 80 | Cukup |
| 17. | PUTRI ARMEDA WULANDARI | 18.03 | 85 | Baik |
| 18. | RIO ANGGARA | 18.87 | 85 | Baik |
| 19. | RIZALDI ADE PRASETYO | 13.41 | 85 | Baik |
| 20. | ROSARIA VANI KURNIASARI | 17.25 | 85 | Baik |
| 21. | SAFIRA NISA FISABILILLAH | 18.25 | 85 | Baik |
| 22. | SILVIA INDRIANA AYU | 15.40 | 85 | Baik |

| | | | | |
|-----|-----------------------------------|-------|----|----------------|
| 23. | SKOLASTIKA KRISANTI | 21.40 | 80 | cukup |
| 24. | TITIS MAHARGANI WIDOYO RUSTI | 13.16 | 85 | baik |
| 25. | UNTSA APRIMELIA VALENT R. | 16.72 | 85 | Baik |
| 26. | VIKRA HERLIN SANDYAKARA | 13.25 | 85 | Baik |
| 27. | VINCENTIUS DIMAS PUTRA PRATAMA | 9.34 | 90 | sangat baik |
| 28. | VINSENSIUS KRISNA DWI PUTRA | 22.34 | 80 | Cukup |
| 29. | VIO RADHITIA | 15.26 | 85 | Baik |
| 30. | VIRGIAWAN KAKA | 13.16 | 85 | Baik |
| 31. | YOHANES KUSUMA EKO WARDANA | 10.16 | 85 | Sangat Baik |
| 32. | YULIA SETIA KUSUMA | 16.94 | 85 | Baik |

2. Passing Dada

| No. | Nama | Jumlah /60 detik | Nilai | Keterangan |
|-----|-------------------------------------|------------------|-------|----------------|
| 1. | AHMAD FADLY HIKAM | 22 | 90 | Baik |
| 2. | ALEXANDER OLLYVIO KRISTO SENTONO | 21 | 90 | baik |
| 3. | ANINDYA SALSABILA PUTRI | 10 | 70 | cukup |
| 4. | ARIF KURNIA ROHMAN | 16 | 80 | Baik |
| 5. | ATINA SABEELA AISYIYAH | 13 | 80 | Baik |
| 6. | BIMO KARTIKA UTAMA ADISA PUTRA | 24 | 90 | Baik |
| 7. | CYNTIA ARDITA BUDIONO | 8 | 70 | Cukup |
| 8. | DIMAS ENDIARTO | 31 | 95 | Sangat baik |
| 9. | DITA INDAH SARI | 12 | 80 | Baik |
| 10. | ESAI CAHYALINTANG | 15 | 80 | baik |
| 11. | IRENEUS CHANDRA LINTANG SASMITA | 26 | 90 | baik |
| 12. | MARIA BENECDITA AZALIA PUTRI | 17 | 80 | Baik |
| 13. | MUHAMMAD DHAFI KURNIAWAN | 26 | 90 | baik |
| 14. | MUHAMMAD IRFAN CHUDLORI | 19 | 80 | Baik |
| 15. | NABILA ASIH PRATIWI | 22 | 90 | Baik |
| 16. | NADIA PUTRI KUSTIONO | 23 | 90 | Baik |
| 17. | PUTRI ARMEDA WULANDARI | 21 | 90 | Baik |
| 18. | RIO ANGGARA | 18 | 80 | Baik |
| 19. | RIZALDI ADE PRASETYO | 24 | 90 | Baik |
| 20. | ROSARIA VANI KURNIASARI | 18 | 80 | Baik |
| 21. | SAFIRA NISA FISABILILLAH | 19 | 80 | Baik |
| 22. | SILVIA INDRIANA AYU | 23 | 90 | Baik |

| | | | | |
|-----|-----------------------------------|----|----|------|
| 23. | SKOLASTIKA KRISANTI | 22 | 90 | Baik |
| 24. | TITIS MAHARGANI WIDOYO RUSTI | 24 | 90 | baik |
| 25. | UN TSA APRIMELIA VALENT R. | 19 | 80 | Baik |
| 26. | VIKRA HERLIN SANDYAKARA | 25 | 90 | baik |
| 27. | VINCENTIUS DIMAS PUTRA PRATAMA | 25 | 90 | Baik |
| 28. | VINSENSIUS KRISNA DWI PUTRA | 18 | 80 | Baik |
| 29. | VIO RADHITIA | 18 | 80 | Baik |
| 30. | VIRGIAWAN KAKA | 14 | 80 | baik |
| 31. | YOHANES KUSUMA EKO WARDANA | 18 | 80 | Baik |
| 32. | YULIA SETIA KUSUMA | 19 | 80 | Baik |

C. LARI JARAK PENDEK (100 M)

| No. | Nama | Waktu tempuh | Nilai | Keterangan |
|-----|-------------------------------------|--------------|-------|------------|
| 1. | AHMAD FADLY HIKAM | 22 | 85 | Baik |
| 2. | ALEXANDER OLLYVIO KRISTO SENTONO | 21 | 85 | baik |
| 3. | ANINDYA SALSABILA PUTRI | 20.55 | 80 | cukup |
| 4. | ARIF KURNIA ROHMAN | 16 | 85 | Baik |
| 5. | ATINA SABEELA AISYIYAH | 22.88 | 80 | Cukup |
| 6. | BIMO KARTIKA UTAMA ADISA PUTRA | 24 | 85 | Baik |
| 7. | CYNTIA ARDITA BUDIONO | 18.03 | 85 | Baik |
| 8. | DIMAS ENDIARTO | 31 | 85 | Baik |
| 9. | DITA INDAH SARI | 13.38 | 85 | Baik |
| 10. | ESAI CAHYALINTANG | 18.06 | 85 | baik |
| 11. | IRENEUS CHANDRA LINTANG SASMITA | 16.53 | 85 | Baik |
| 12. | MARIA BENECDITA AZALIA PUTRI | 22.22 | 80 | cukup |
| 13. | MUHAMMAD DHAFI KURNIAWAN | 26 | 80 | cukup |
| 14. | MUHAMMAD IRFAN CHUDLORI | 19 | 85 | baik |
| 15. | NABILA ASIH PRATIWI | 16.72 | 85 | Baik |
| 16. | NADIA PUTRI KUSTIONO | 22.18 | 80 | Cukup |
| 17. | PUTRI ARMEDA WULANDARI | 18.03 | 85 | baik |
| 18. | RIO ANGGARA | 18 | 85 | Baik |
| 19. | RIZALDI ADE PRASETYO | 24 | 85 | Baik |
| 20. | ROSARIA VANI KURNIASARI | 17.25 | 85 | Baik |
| 21. | SAFIRA NISA FISABILILLAH | 18.25 | 85 | Baik |
| 22. | SILVIA INDRIANA AYU | 15.40 | 85 | Baik |
| 23. | SKOLASTIKA KRISANTI | 21.40 | 80 | cukup |

| | | | | |
|-----|-----------------------------------|-------|----|----------------|
| 24. | TITIS MAHARGANI WIDOYO RUSTI | 24 | 85 | baik |
| 25. | UN TSA APRIMELIA VALENT R. | 16.72 | 85 | Baik |
| 26. | VIKRA HERLIN SANDYAKARA | 25 | 85 | Baik |
| 27. | VINCENTIUS DIMAS PUTRA PRATAMA | 25 | 90 | sangat baik |
| 28. | VINSENSIUS KRISNA DWI PUTRA | 18 | 80 | Cukup |
| 29. | VIO RADHITIA | 18 | 85 | Baik |
| 30. | VIRGIAWAN KAKA | 14 | 85 | Baik |
| 31. | YOHANES KUSUMA EKO WARDANA | 18 | 85 | Sangat Baik |
| 32. | YULIA SETIA KUSUMA | 16.94 | 85 | Baik |

D. Teknik Dasar Bolavoli

1. Passing Bawah

| No. | Nama | Jumlah /30 detik | nilai | Keterangan |
|-----|-------------------------------------|------------------|-------|-------------|
| 1. | AHMAD FADLY HIKAM | 31 | 96 | Sangat baik |
| 2. | ALEXANDER OLLYVIO KRISTO SENTONO | 15 | 85 | baik |
| 3. | ANINDYA SALSABILA PUTRI | 10 | 79 | cukup |
| 4. | ARIF KURNIA ROHMAN | 32 | 97 | Sangat Baik |
| 5. | ATINA SABEELA AISYIYAH | 5 | 70 | Cukup |
| 6. | BIMO KARTIKA UTAMA ADISA PUTRA | 17 | 87 | Baik |
| 7. | CYNTIA ARDITA BUDIONO | 9 | 73 | Cukup |
| 8. | DIMAS ENDIARTO | 37 | 99 | Sangat baik |
| 9. | DITA INDAH SARI | 11 | 80 | Baik |
| 10. | ESAI CAHYALINTANG | 10 | 79 | cukup |
| 11. | IRENEUS CHANDRA LINTANG SASMITA | 5 | 70 | cukup |
| 12. | MARIA BENECDITA AZALIA PUTRI | 4 | 69 | cukup |
| 13. | MUHAMMAD DHAFI KURNIAWAN | 11 | 80 | baik |
| 14. | MUHAMMAD IRFAN CHUDLORI | 30 | 95 | Sangat baik |
| 15. | NABILA ASIH PRATIWI | 11 | 80 | Baik |
| 16. | NADIA PUTRI KUSTIONO | 4 | 69 | Cukup |
| 17. | PUTRI ARMEDA WULANDARI | 6 | 70 | Cukup |
| 18. | RIO ANGGARA | 8 | 72 | cukup |
| 19. | RIZALDI ADE PRASETYO | 14 | 84 | Baik |
| 20. | ROSARIA VANI KURNIASARI | 5 | 70 | Cukup |
| 21. | SAFIRA NISA FISABILILLAH | 14 | 84 | Baik |
| 22. | SILVIA INDRIANA AYU | 13 | 83 | Baik |

| | | | | |
|-----|-----------------------------------|----|----|-------------|
| 23. | SKOLASTIKA KRISANTI | 9 | 73 | cukup |
| 24. | TITIS MAHARGANI WIDOYO RUSTI | 27 | 94 | Sangat baik |
| 25. | UN TSA APRIMELIA VALENT R. | 10 | 79 | Cukup |
| 26. | VIKRA HERLIN SANDYAKARA | 13 | 83 | Baik |
| 27. | VINCENTIUS DIMAS PUTRA PRATAMA | 32 | 97 | sangat baik |
| 28. | VINSENSIUS KRISNA DWI PUTRA | 17 | 87 | Baik |
| 29. | VIO RADHITIA | 15 | 85 | Baik |
| 30. | VIRGIAWAN KAKA | 10 | 79 | Cukup |
| 31. | YOHANES KUSUMA EKO WARDANA | 20 | 89 | Baik |
| 32. | YULIA SETIA KUSUMA | 5 | 70 | Cukup |

2. Servis Bawah

| No. | Nama | Akumulasi Hasil Melakukan 5 Kali | Nilai | Keterangan |
|-----|----------------------------------|----------------------------------|-------|-------------|
| 1. | AHMAD FADLY HIKAM | 31 | 96 | Sangat baik |
| 2. | ALEXANDER OLLYVIO KRISTO SENTONO | 15 | 85 | baik |
| 3. | ANINDYA SALSABILA PUTRI | 10 | 79 | cukup |
| 4. | ARIF KURNIA ROHMAN | 32 | 97 | Sangat Baik |
| 5. | ATINA SABEELA AISYIYAH | 5 | 70 | Cukup |
| 6. | BIMO KARTIKA UTAMA ADISA PUTRA | 17 | 87 | Baik |
| 7. | CYNTIA ARDITA BUDIONO | 9 | 73 | Cukup |
| 8. | DIMAS ENDIARTO | 37 | 99 | Sangat baik |
| 9. | DITA INDAH SARI | 11 | 80 | Baik |
| 10. | ESAI CAHYALINTANG | 10 | 79 | cukup |
| 11. | IRENEUS CHANDRA LINTANG SASMITA | 5 | 70 | cukup |
| 12. | MARIA BENECDITA AZALIA PUTRI | 4 | 69 | cukup |
| 13. | MUHAMMAD DHAFI KURNIAWAN | 11 | 80 | baik |
| 14. | MUHAMMAD IRFAN CHUDLORI | 30 | 95 | Sangat baik |
| 15. | NABILA ASIH PRATIWI | 11 | 80 | Baik |
| 16. | NADIA PUTRI KUSTIONO | 4 | 69 | Cukup |
| 17. | PUTRI ARMEDA WULANDARI | 6 | 70 | Cukup |
| 18. | RIO ANGGARA | 8 | 72 | cukup |
| 19. | RIZALDI ADE PRASETYO | 14 | 84 | Baik |
| 20. | ROSARIA VANI KURNIASARI | 5 | 70 | Cukup |
| 21. | SAFIRA NISA FISABILILLAH | 14 | 84 | Baik |

| | | | | |
|-----|-----------------------------------|----|----|-------------|
| 22. | SILVIA INDRIANA AYU | 13 | 83 | Baik |
| 23. | SKOLASTIKA KRISANTI | 9 | 73 | cukup |
| 24. | TITIS MAHARGANI WIDOYO RUSTI | 27 | 94 | Sangat baik |
| 25. | UN TSA APRIMELIA VALENT R. | 10 | 79 | Cukup |
| 26. | VIKRA HERLIN SANDYAKARA | 13 | 83 | Baik |
| 27. | VINCENTIUS DIMAS PUTRA PRATAMA | 32 | 97 | sangat baik |
| 28. | VINSENSIUS KRISNA DWI PUTRA | 17 | 87 | Baik |
| 29. | VIO RADHITIA | 15 | 85 | Baik |
| 30. | VIRGIAWAN KAKA | 10 | 79 | Cukup |
| 31. | YOHANES KUSUMA EKO WARDANA | 20 | 89 | Baik |
| 32. | YULIA SETIA KUSUMA | 5 | 70 | Cukup |

2. Servis Bawah

| No. | Nama | Akumulasi Hasil Melakukan 5 Kali | nilai | Keterangan |
|-----|----------------------------------|----------------------------------|-------|------------|
| 1. | AHMAD FADLY HIKAM | 4 | 74 | Cukup |
| 2. | ALEXANDER OLLYVIO KRISTO SENTONO | 3 | 73 | |
| 3. | ANINDYA SALSABILA PUTRI | 1 | 71 | cukup |
| 4. | ARIF KURNIA ROHMAN | 5 | 75 | Cukup |
| 5. | ATINA SABEELA AISYIYAH | 0 | 60 | kurang |
| 6. | BIMO KARTIKA UTAMA ADISA PUTRA | 6 | 81 | Baik |
| 7. | CYNTIA ARDITA BUDIONO | 0 | 60 | Kurang |
| 8. | DIMAS ENDIARTO | 10 | 85 | Baik |
| 9. | DITA INDAH SARI | 4 | 74 | Cukup |
| 10. | ESAI CAHYALINTANG | 0 | 60 | kurang |
| 11. | IRENEUS CHANDRA LINTANG SASMITA | 8 | 83 | Baik |
| 12. | MARIA BENECDITA AZALIA PUTRI | 0 | 60 | kurang |
| 13. | MUHAMMAD DHAFI KURNIAWAN | 1 | 71 | cukup |
| 14. | MUHAMMAD IRFAN CHUDLORI | 11 | 86 | Baik |
| 15. | NABILA ASIH PRATIWI | 1 | 71 | cukup |
| 16. | NADIA PUTRI KUSTIONO | 2 | 72 | Cukup |
| 17. | PUTRI ARMEDA WULANDARI | 3 | 73 | Cukup |
| 18. | RIO ANGGARA | 2 | 72 | cukup |
| 19. | RIZALDI ADE PRASETYO | 6 | 81 | Baik |
| 20. | ROSARIA VANI KURNIASARI | 1 | 71 | cukup |
| 21. | SAFIRA NISA FISABILILLAH | 2 | 72 | cukup |

| | | | | |
|-----|-----------------------------------|----|----|----------------|
| 22. | SILVIA INDRIANA AYU | 4 | 74 | cukup |
| 23. | SKOLASTIKA KRISANTI | 1 | 71 | cukup |
| 24. | TITIS MAHARGANI WIDOYO RUSTI | 4 | 74 | cukup |
| 25. | UN TSA APRIMELIA VALENT R. | 2 | 72 | cukup |
| 26. | VIKRA HERLIN SANDYAKARA | 3 | 73 | cukup |
| 27. | VINCENTIUS DIMAS PUTRA PRATAMA | 9 | 84 | Baik |
| 28. | VINSENSIUS KRISNA DWI PUTRA | 0 | 60 | kurang |
| 29. | VIO RADHITIA | 0 | 60 | Kurang |
| 30. | VIRGIAWAN KAKA | 3 | 73 | Cukup |
| 31. | YOHANES KUSUMA EKO WARDANA | 13 | 93 | Sangat baik |
| 32. | YULIA SETIA KUSUMA | 1 | 71 | Cukup |

DAFTAR NILAI
KELAS VII C

A. TES KEBUGARAN JASMANI

| No. | Nama | Waktu tempuh | nilai | Keterangan |
|-----|--------------------------------|--------------|-------|----------------|
| 1. | ADINDA PUTRI MAELANGKEY | 1.53.53 | 60 | Kurang |
| 2. | ADONIS ARGAS SETA PANGESTU | 1.24.87 | 75 | Cukup |
| 3. | AISYA MULIA INSANI | 1.26.78 | 75 | Cukup |
| 4. | AISYIYAH UMALASHITA DEWI | 1.09.00 | 85 | Baik |
| 5. | ALDI RIZAL SYAHPUTRA | 1.06.75 | 85 | Baik |
| 6. | ALFIAN GUSTIYARGANI | 1.05.40 | 85 | baik |
| 7. | AMBAR SETIAWATI | 1.28.57 | 75 | Cukup |
| 8. | AMELIA FINDA AZ ZAHRA | 1.20.41 | 75 | Cukup |
| 9. | ANINDYA PRADIPA KOES ANANTA | 1.27.43 | 75 | cukup |
| 10. | ARIANSYAH | 1.07.53 | 86 | baik |
| 11. | BAGAS MUHAMMAD AZAM | 1.44.57 | 65 | kurang |
| 12. | DESTALA MIRA ANGGRAINI | 1.12.34 | 80 | baik |
| 13. | DIMAS DWI FAIZUN | 1.07.03 | 85 | baik |
| 14. | FARIDHA DWI LESTARI | 1.10.66 | 80 | baik |
| 15. | FARRA WAHYU TRI WARDHANI | 1.26.19 | 75 | cukup |
| 16. | GIGIH PRASTYO BUDI | - | - | |
| 17. | IBNU RAFI MUSYAFA | 1.06.22 | 85 | baik |
| 18. | IMELIA PUTRI FEBRYANA | 1.20.78 | 75 | cukup |
| 19. | INTAN CAHYA SAVITRI | 1.05.23 | 85 | Baik |
| 20. | KURNIAWAN DWI FEBRIANSYAH | 0.55.57 | 90 | Sangat baik |
| 21. | LEO ADI PUTRA PERMANA | 1.12.44 | 80 | Baik |
| 22. | MOHAMMAD NOVAN RAMADHAN | 1.18.81 | 80 | Baik |
| 23. | MUHAMMAD ABDUL | 1.08.59 | 85 | baik |

| | | | | |
|-----|------------------------------|---------|----|----------------|
| | RAHMAN | | | |
| 24. | MUTIARA AYUNDA PRAMESWARI | 1.34.25 | 70 | Cukup |
| 25. | NOVE SATRIAWAN | 1.19.41 | 80 | Baik |
| 26. | NUR RAHMADI | 1.25.06 | 75 | Cukup |
| 27. | NURUL UMMAH | 1.32.00 | 70 | Cukup |
| 28. | RAHMADHANY | - | - | |
| 29. | RIZAL ALDI KURNIAWAN | 1.08.75 | 85 | Baik |
| 30. | SHAFIRA ANINDITA | 1.27.90 | 75 | Cukup |
| 31. | SUCI IKMAWATI | 1.09.72 | 85 | Baik |
| 32. | WAHYU ADIMAS | 0.56.75 | 90 | Sangat Baik |

B.TEKNIK DASAR BOLABASKET

1. Dribble

| No. | Nama | Waktu tempuh | Nilai | Keterangan |
|-----|--------------------------------|--------------|-------|------------|
| 1. | ADINDA PUTRI MAELANGKEY | 18.25 | 85 | Baik |
| 2. | ADONIS ARGAS SETA PANGESTU | 15.22 | 85 | baik |
| 3. | AISYA MULIA INSANI | 17.72 | 85 | baik |
| 4. | AISYIYAH UMALASHITA DEWI | 18.29 | 85 | Baik |
| 5. | ALDI RIZAL SYAHPUTRA | 13.40 | 85 | Baik |
| 6. | ALFIAN GUSTIYARGANI | 15.90 | 85 | baik |
| 7. | AMBAR SETIAWATI | 28.31 | 80 | Cukup |
| 8. | AMELIA FINDA AZ ZAHRA | 26.06 | 80 | cukup |
| 9. | ANINDYA PRADIPA KOES ANANTA | 18.37 | 85 | Baik |
| 10. | ARIANSYAH | 12.97 | 85 | baik |
| 11. | BAGAS MUHAMMAD AZAM | 12.28 | 85 | Baik |
| 12. | DESTALA MIRA ANGGRAINI | 18.03 | 85 | baik |
| 13. | DIMAS DWI FAIZUN | 11.15 | 85 | baik |
| 14. | FARIDHA DWI LESTARI | 16.56 | 85 | baik |
| 15. | FARRA WAHYU TRI WARDHANI | 21.00 | 80 | cukup |
| 16. | GIGIH PRASTYO BUDI | 14.22 | 85 | Baik |
| 17. | IBNU RAFI MUSYABA | 11.07 | 85 | baik |
| 18. | IMELIA PUTRI FEBRYANA | 20.75 | 80 | cukup |
| 19. | INTAN CAHYA SAVITRI | - | - | - |
| 20. | KURNIAWAN DWI FEBRIANSYAH | - | - | - |
| 21. | LEO ADI PUTRA PERMANA | 13.47 | 85 | Baik |
| 22. | MOHAMMAD NOVAN RAMADHAN | 12.56 | 85 | Baik |
| 23. | MUHAMMAD ABDUL RAHMAN | 13.43 | 85 | baik |

| | | | | |
|-----|------------------------------|-------|----|-------|
| 24. | MUTIARA AYUNDA PRAMESWARI | 15.07 | 85 | baik |
| 25. | NOVE SATRIAWAN | 13.13 | 85 | Baik |
| 26. | NUR RAHMADI | 12.87 | 85 | Baik |
| 27. | NURUL UMMAH | 21.19 | 80 | Cukup |
| 28. | RAHMADHANY | 18.93 | 85 | baik |
| 29. | RIZAL ALDI KURNIAWAN | - | - | - |
| 30. | SHAFIRA ANINDITA | 13.50 | 85 | Baik |
| 31. | SUCI IKMAWATI | 18.88 | 85 | Baik |
| 32. | WAHYU ADIMAS | 12.69 | 85 | Baik |

2. Passing Dada

| No. | Nama | Jumlah /60 detik | Nilai | Keterangan |
|-----|--------------------------------|------------------|-------|------------|
| 1. | ADINDA PUTRI MAELANGKEY | 8 | 70 | Cukup |
| 2. | ADONIS ARGAS SETA PANGESTU | 12 | 80 | baik |
| 3. | AI SYA MULIA INSANI | 15 | 80 | baik |
| 4. | AISYIYAH UMALASHITA DEWI | 10 | 70 | Cukup |
| 5. | ALDI RIZAL SYAHPUTRA | 13 | 80 | Baik |
| 6. | ALFIAN GUSTIYARGANI | 12 | 80 | baik |
| 7. | AMBAR SETIAWATI | 19 | 80 | baik |
| 8. | AMELIA FINDA AZ ZAHRA | 12 | 80 | baik |
| 9. | ANINDYA PRADIPA KOES ANANTA | 17 | 80 | baik |
| 10. | ARIANSYAH | 20 | 85 | baik |
| 11. | BAGAS MUHAMMAD AZAM | 16 | 80 | baik |
| 12. | DESTALA MIRA ANGGRAINI | 12 | 80 | baik |
| 13. | DIMAS DWI FAIZUN | 9 | 70 | cukup |
| 14. | FARIDHA DWI LESTARI | 15 | 80 | Baik |
| 15. | FARRA WAHYU TRI WARDHANI | 20 | 85 | Baik |
| 16. | GIGIH PRASTYO BUDI | 16 | 80 | Baik |
| 17. | IBNU RAFI MUSYAFA | 12 | 80 | Baik |
| 18. | IMELIA PUTRI FEBRYANA | 9 | 70 | Cukup |
| 19. | INTAN CAHYA SAVITRI | - | - | - |
| 20. | KURNIAWAN DWI FEBRIANSYAH | - | - | - |
| 21. | LEO ADI PUTRA PERMANA | 22 | 90 | Baik |
| 22. | MOHAMMAD NOVAN RAMADHAN | 23 | 90 | Baik |
| 23. | MUHAMMAD ABDUL RAHMAN | 10 | 75 | cukup |
| 24. | MUTIARA AYUNDA | 16 | 80 | baik |

| | | | | |
|-----|----------------------|----|----|-------|
| | PRAMESWARI | | | |
| 25. | NOVE SATRIAWAN | 19 | 80 | Baik |
| 26. | NUR RAHMADI | 16 | 80 | baik |
| 27. | NURUL UMMAH | 19 | 80 | Baik |
| 28. | RAHMADHANY | 19 | 80 | baik |
| 29. | RIZAL ALDI KURNIAWAN | - | - | - |
| 30. | SHAFIRA ANINDITA | 13 | 80 | baik |
| 31. | SUCI IKMAWATI | 10 | 75 | Cukup |
| 32. | WAHYU ADIMAS | 19 | 80 | Baik |

C. Larik Jarak Pendek (100 m)

| No. | Nama | Waktu tempuh | Nilai | Keterangan |
|-----|--------------------------------|--------------|-------|------------|
| 1. | ADINDA PUTRI MAELANGKEY | 26.27 | 70 | Cukup |
| 2. | ADONIS ARGAS SETA PANGESTU | 28.88 | 70 | cukup |
| 3. | AISYA MULIA INSANI | 26.00 | 70 | cukup |
| 4. | AISYIYAH UMALASHITA DEWI | 19.58 | 80 | Baik |
| 5. | ALDI RIZAL SYAHPUTRA | 18.56 | 80 | Baik |
| 6. | ALFIAN GUSTIYARGANI | 20.13 | 70 | Cukup |
| 7. | AMBAR SETIAWATI | 25.56 | 70 | Cukup |
| 8. | AMELIA FINDA AZ ZAHRA | 25.59 | 70 | Cukup |
| 9. | ANINDYA PRADIPA KOES ANANTA | 24.56 | 70 | cukup |
| 10. | ARIANSYAH | 18.40 | 80 | baik |
| 11. | BAGAS MUHAMMAD AZAM | 18.71 | 80 | Baik |
| 12. | DESTALA MIRA ANGGRAINI | - | - | - |
| 13. | DIMAS DWI FAIZUN | 19.31 | 80 | baik |
| 14. | FARIDHA DWI LESTARI | 22.40 | 70 | Cukup |
| 15. | FARRA WAHYU TRI WARDHANI | 23.22 | 70 | cukup |
| 16. | GIGIH PRASTYO BUDI | 16.51 | 85 | baik |
| 17. | IBNU RAFI MUSYAFA | 18.82 | 80 | Baik |
| 18. | IMELIA PUTRI FEBRYANA | 21.07 | 70 | cukup |
| 19. | INTAN CAHYA SAVITRI | 20.77 | 70 | cukup |
| 20. | KURNIAWAN DWI FEBRIANSYAH | 17.55 | 80 | Baik |
| 21. | LEO ADI PUTRA PERMANA | 19.00 | 80 | Baik |
| 22. | MOHAMMAD NOVAN RAMADHAN | 16.45 | 85 | Baik |
| 23. | MUHAMMAD ABDUL RAHMAN | 18.69 | 80 | baik |
| 24. | MUTIARA AYUNDA | 22.94 | 70 | cukup |

| | | | | |
|-----|----------------------|-------|----|-------------|
| | PRAMESWARI | | | |
| 25. | NOVE SATRIAWAN | 21.25 | 70 | cukup |
| 26. | NUR RAHMADI | 15.59 | 90 | Sangat Baik |
| 27. | NURUL UMMAH | 21.38 | 70 | Cukup |
| 28. | RAHMADHANY | 22.58 | 70 | Cukup |
| 29. | RIZAL ALDI KURNIAWAN | - | - | - |
| 30. | SHAFIRA ANINDITA | 21.37 | 70 | Cukup |
| 31. | SUCI IKMAWATI | 23.38 | 70 | cukup |
| 32. | WAHYU ADIMAS | 18.12 | 80 | Baik |

D. TEKNIK DASAR BOLAVOLI

1. Passing Bawah

| No. | Nama | Jumlah /30 detik | Nilai | Keterangan |
|-----|--------------------------------|------------------|-------|-------------|
| 1. | ADINDA PUTRI MAELANGKEY | 8 | 72 | Cukup |
| 2. | ADONIS ARGAS SETA PANGESTU | - | - | |
| 3. | AISYA MULIA INSANI | 8 | 72 | cukup |
| 4. | AISYIYAH UMALASHITA DEWI | 16 | 86 | Baik |
| 5. | ALDI RIZAL SYAHPUTRA | 11 | 80 | Baik |
| 6. | ALFIAN GUSTIYARGANI | 14 | 84 | Baik |
| 7. | AMBAR SETIAWATI | 8 | 72 | Cukup |
| 8. | AMELIA FINDA AZ ZAHRA | 11 | 80 | Baik |
| 9. | ANINDYA PRADIPA KOES ANANTA | 5 | 70 | Cukup |
| 10. | ARIANSYAH | 18 | 88 | baik |
| 11. | BAGAS MUHAMMAD AZAM | 24 | 90 | Sangat baik |
| 12. | DESTALA MIRA ANGGRAINI | 8 | 72 | cukup |
| 13. | DIMAS DWI FAIZUN | 20 | 89 | Baik |
| 14. | FARIDHA DWI LESTARI | 13 | 83 | Baik |
| 15. | FARRA WAHYU TRI WARDHANI | 11 | 80 | Baik |
| 16. | GIGIH PRASTYO BUDI | 20 | 89 | Baik |
| 17. | IBNU RAFI MUSYABA | 9 | 73 | Cukup |
| 18. | IMELIA PUTRI FEBRYANA | 6 | 70 | cukup |
| 19. | INTAN CAHYA SAVITRI | 13 | 83 | Baik |
| 20. | KURNIAWAN DWI FEBRIANSYAH | 14 | 84 | Baik |
| 21. | LEO ADI PUTRA PERMANA | 15 | 85 | Baik |
| 22. | MOHAMMAD NOVAN RAMADHAN | 13 | 83 | Baik |
| 23. | MUHAMMAD ABDUL RAHMAN | 14 | 84 | baik |

| | | | | |
|-----|------------------------------|----|----|-------------|
| 24. | MUTIARA AYUNDA PRAMESWARI | 9 | 73 | cukup |
| 25. | NOVE SATRIAWAN | 16 | 86 | Baik |
| 26. | NUR RAHMADI | 22 | 92 | Sangat baik |
| 27. | NURUL UMMAH | 8 | 72 | Cukup |
| 28. | RAHMADHANY | 11 | 80 | baik |
| 29. | RIZAL ALDI KURNIAWAN | - | | |
| 30. | SHAFIRA ANINDITA | 12 | 82 | Baik |
| 31. | SUCI IKMAWATI | 11 | 80 | Baik |
| 32. | WAHYU ADIMAS | 23 | 93 | Sangat Baik |

2. Servis Bawah

| No. | Nama | Akumulasi Hasil Melakukan 5 Kali | nilai | Keterangan |
|-----|--------------------------------|----------------------------------|-------|------------|
| 1. | ADINDA PUTRI MAELANGKEY | 3 | 73 | Cukup |
| 2. | ADONIS ARGAS SETA PANGESTU | - | - | |
| 3. | AISYA MULIA INSANI | 2 | 72 | cukup |
| 4. | AISYIYAH UMALASHITA DEWI | 3 | 73 | Cukup |
| 5. | ALDI RIZAL SYAHPUTRA | 2 | 72 | cukup |
| 6. | ALFIAN GUSTIYARGANI | 0 | 60 | Kurang |
| 7. | AMBAR SETIAWATI | 1 | 71 | Cukup |
| 8. | AMELIA FINDA AZ ZAHRA | 0 | 60 | Kurang |
| 9. | ANINDYA PRADIPA KOES ANANTA | 1 | 71 | Cukup |
| 10. | ARIANSYAH | 5 | 75 | cukup |
| 11. | BAGAS MUHAMMAD AZAM | 9 | 84 | baik |
| 12. | DESTALA MIRA ANGGRAINI | 3 | 73 | cukup |
| 13. | DIMAS DWI FAIZUN | 6 | 81 | Baik |
| 14. | FARIDHA DWI LESTARI | 10 | 85 | Baik |
| 15. | FARRA WAHYU TRI WARDHANI | 7 | 82 | Baik |
| 16. | GIGIH PRASTYO BUDI | 3 | 73 | Cukup |
| 17. | IBNU RAFI MUSYABA | 2 | 72 | Cukup |
| 18. | IMELIA PUTRI FEBRYANA | 0 | 60 | kurang |
| 19. | INTAN CAHYA SAVITRI | 8 | 83 | Baik |
| 20. | KURNIAWAN DWI FEBRIANSYAH | 5 | 80 | Baik |
| 21. | LEO ADI PUTRA PERMANA | 9 | 84 | Baik |
| 22. | MOHAMMAD NOVAN RAMADHAN | 9 | 84 | Baik |
| 23. | MUHAMMAD ABDUL RAHMAN | 4 | 74 | cukup |

| | | | | |
|-----|------------------------------|---|----|--------|
| 24. | MUTIARA AYUNDA PRAMESWARI | 1 | 71 | cukup |
| 25. | NOVE SATRIAWAN | 4 | 74 | cukup |
| 26. | NUR RAHMADI | 9 | 84 | baik |
| 27. | NURUL UMMAH | 4 | 74 | Cukup |
| 28. | RAHMADHANY | 1 | 71 | cukup |
| 29. | RIZAL ALDI KURNIAWAN | - | | |
| 30. | SHAFIRA ANINDITA | 0 | 60 | Kurang |
| 31. | SUCI IKMAWATI | 5 | 80 | baik |
| 32. | WAHYU ADIMAS | 8 | 83 | Baik |

DAFTAR NILAI
KELAS VII D

A. TES KEBUGARAN JASMANI

| No. | Nama | Waktu tempuh | nilai | Keterangan |
|-----|-----------------------------------|--------------|-------|-------------|
| 1. | AB'DAN SYUKUR | 1.53.53 | 60 | Kurang |
| 2. | AMELYA QUEEN OSABELLA | 1.24.87 | 75 | Cukup |
| 3. | ANANDA PRADIPA KOES ANANTA | 1.26.78 | 75 | Cukup |
| 4. | ATHIRA NIDA KHULIANA | 1.09.00 | 85 | Baik |
| 5. | AURA SALSABILA | 1.06.75 | 85 | Baik |
| 6. | AZZIIZAH DINDA AMMARA | 1.05.40 | 85 | Baik |
| 7. | DEFAN HAKIN | 1.28.57 | 75 | Cukup |
| 8. | DESTIVIANI AURELLA | 1.20.41 | 75 | Cukup |
| 9. | DEWI HAJAR AGUSTINA | 1.27.43 | 75 | cukup |
| 10. | ERWIN FAHMI ARYANTO | 1.07.53 | 86 | baik |
| 11. | FARAH SALSABILA LUTFFIYYAH | 1.44.57 | 65 | kurang |
| 12. | FREDIAS LEO SAPUTRA | 1.12.34 | 80 | baik |
| 13. | HEYKHEL AHMAD NOVALDI ILHAM | 1.07.03 | 85 | baik |
| 14. | IBNU SYAM INDRA NUR ADRYANSYAH | 1.10.66 | 80 | Baik |
| 15. | ISNALDA FATIMAH JAYANTI | 1.26.19 | 75 | cukup |
| 16. | KRISHNA YUDHA ARBIANTA | - | - | |
| 17. | MARYAM TSALIZA RACHMAN | 1.06.22 | 85 | Baik |
| 18. | MIFTA ALIFIA | 1.20.78 | 75 | cukup |
| 19. | MUHAMMAD IKHSAN | 1.05.23 | 85 | Baik |
| 20. | NABILA MA'RATUNISA | 0.55.57 | 90 | Sangat baik |
| 21. | NOVALISA INTAN CAHYA WARSITO | 1.12.44 | 80 | Baik |
| 22. | OQTA PUTRI ALIA | 1.18.81 | 80 | Baik |

| | | | | |
|-----|-------------------------------------|---------|----|-------------|
| 23. | REZA ZENDY SLAVIA PRAHA | 1.08.59 | 85 | baik |
| 24. | RIZKY SETIAWAN | 1.34.25 | 70 | Cukup |
| 25. | ROSANA DIAN WIJAYANTO | 1.19.41 | 80 | Baik |
| 26. | SALYA KIRANA SAFITRI | 1.25.06 | 75 | Cukup |
| 27. | SEPTIA AKHILA DINA PUTRI KHANIFA | 1.32.00 | 70 | Cukup |
| 28. | SHEVA SUCI GUEVARA | - | - | |
| 29. | SILVI AFNI INDRIAN | 1.08.75 | 85 | Baik |
| 30. | TSAKIVA AZAHRA ASKAFUNANDA | 1.27.90 | 75 | Cukup |
| 31. | WANDA NURAINI GUNAWAN | 1.09.72 | 85 | Baik |
| 32. | ZIENDIK PANCAR MUDRA WIRAWAN | 0.56.75 | 90 | Sangat Baik |

B. TEKNIK DASAR BOLABASKET

1. Dribble

| No. | Nama | Waktu tempuh | nilai | Keterangan |
|-----|-----------------------------------|--------------|-------|------------|
| 1. | AB'DAN SYUKUR | 17.44 | 85 | Baik |
| 2. | AMELYA QUEEN OSABELLA | 17.82 | 85 | baik |
| 3. | ANANDA PRADIPA KOES ANANTA | 17,09 | 85 | baik |
| 4. | ATHIRA NIDA KHULIANA | 16.97 | 85 | Baik |
| 5. | AURA SALSABILA | 17.09 | 85 | Baik |
| 6. | AZZIIZAH DINDA AMMARA | 19.38 | 85 | Baik |
| 7. | DEFAN HAKIN | 16.10 | 85 | Baik |
| 8. | DESTIVIANI AURELLA | 20.38 | 80 | Cukup |
| 9. | DEWI HAJAR AGUSTINA | 18.85 | 85 | Baik |
| 10. | ERWIN FAHMI ARYANTO | 15.13 | 85 | baik |
| 11. | FARAH SALSABILA LUTFFIYYAH | 14.47 | 85 | Baik |
| 12. | FREDIAS LEO SAPUTRA | 13.56 | 85 | baik |
| 13. | HEYKHEL AHMAD NOVALDI ILHAM | 14.85 | 85 | baik |
| 14. | IBNU SYAM INDRA NUR ADRYANSYAH | 13.06 | 85 | Baik |
| 15. | ISNALDA FATIMAH JAYANTI | 19.93 | 85 | Baik |
| 16. | KRISHNA YUDHA ARBIANTA | 14.47 | 85 | Baik |
| 17. | MARYAM TSALIZA RACHMAN | 13.81 | 85 | Baik |
| 18. | MIFTA ALIFIA | 17.00 | 85 | Baik |
| 19. | MUHAMMAD IKHSAN | 14.78 | 85 | Baik |
| 20. | NABILA MA'RATUNISA | 22.53 | 80 | cukup |
| 21. | NOVALISA INTAN CAHYA WARSITO | 14.69 | 85 | Baik |
| 22. | OQTA PUTRI ALIA | 19.46 | 85 | Baik |
| 23. | REZA ZENDY SLAVIA | 13.53 | 85 | baik |

| | | | | |
|-----|-------------------------------------|-------|----|-------|
| | PRAHA | | | |
| 24. | RIZKY SETIAWAN | 13.66 | 85 | baik |
| 25. | ROSANA DIAN WIJAYANTO | - | | |
| 26. | SALYA KIRANA SAFITRI | 17.56 | 85 | Baik |
| 27. | SEPTIA AKHILA DINA PUTRI KHANIFA | 18.90 | 85 | Baik |
| 28. | SHEVA SUCI GUEVARA | 21.85 | 80 | Cukup |
| 29. | SILVI AFNI INDRIAN | 17.00 | 85 | Baik |
| 30. | TSAKIVA AZAHRA ASKAFUNANDA | 20.37 | 80 | Cukup |
| 31. | WANDA NURAINI GUNAWAN | 21.50 | 80 | cukup |
| 32. | ZIENDIK PANCAR MUDRA WIRAWAN | 14.82 | 85 | Baik |

2. Passing Dada

| No. | Nama | Jumlah /60 detik | nilai | Keterangan |
|-----|-----------------------------------|------------------|-------|-------------|
| 1. | AB'DAN SYUKUR | 16 | 80 | Baik |
| 2. | AMELYA QUEEN OSABELLA | 12 | 80 | baik |
| 3. | ANANDA PRADIPA KOES ANANTA | 11 | 80 | baik |
| 4. | ATHIRA NIDA KHULIANA | 11 | 80 | Baik |
| 5. | AURA SALSABILA | 16 | 80 | Baik |
| 6. | AZZIIZAH DINDA AMMARA | 22 | 90 | Baik |
| 7. | DEFAN HAKIN | 8 | 70 | Cukup |
| 8. | DESTIVIANI AURELLA | 12 | 80 | Baik |
| 9. | DEWI HAJAR AGUSTINA | 20 | 80 | Baik |
| 10. | ERWIN FAHMI ARYANTO | 14 | 80 | baik |
| 11. | FARAH SALSABILA LUTFFIYYAH | 18 | 80 | baik |
| 12. | FREDIAS LEO SAPUTRA | 14 | 80 | Baik |
| 13. | HEYKHEL AHMAD NOVALDI ILHAM | 21 | 90 | baik |
| 14. | IBNU SYAM INDRA NUR ADRYANSYAH | 18 | 80 | Baik |
| 15. | ISNALDA FATIMAH JAYANTI | 24 | 90 | Baik |
| 16. | KRISHNA YUDHA ARBIANTA | 17 | 80 | Baik |
| 17. | MARYAM TSALIZA RACHMAN | 25 | 90 | Baik |
| 18. | MIFTA ALIFIA | 26 | 90 | Baik |
| 19. | MUHAMMAD IKHSAN | 14 | 80 | Baik |
| 20. | NABILA MA'RATUNISA | 31 | 95 | Sangat Baik |
| 21. | NOVALISA INTAN CAHYA WARSITO | 15 | 80 | Baik |
| 22. | OQTA PUTRI ALIA | 20 | 85 | Baik |
| 23. | REZA ZENDY SLAVIA PRAHA | 17 | 80 | Baik |

| | | | | |
|-----|-------------------------------------|----|----|-------------|
| 24. | RIZKY SETIAWAN | 8 | 70 | cukup |
| 25. | ROSANA DIAN WIJAYANTO | 14 | 80 | Baik |
| 26. | SALYA KIRANA SAFITRI | 17 | 80 | baik |
| 27. | SEPTIA AKHILA DINA PUTRI KHANIFA | 16 | 80 | Baik |
| 28. | SHEVA SUCI GUEVARA | 30 | 95 | sangat baik |
| 29. | SILVI AFNI INDRIAN | 13 | 80 | Baik |
| 30. | TSAKIVA AZAHRA ASKAFUNANDA | 25 | 90 | baik |
| 31. | WANDA NURAINI GUNAWAN | 12 | 80 | Baik |
| 32. | ZIENDIK PANCAR MUDRA WIRAWAN | 11 | 80 | Baik |

C. Lari Jarak Pendek (100 Meter)

| No. | Nama | Waktu tempuh | nilai | Keterangan |
|-----|-----------------------------------|--------------|-------|------------|
| 1. | AB'DAN SYUKUR | 16.66 | 85 | Baik |
| 2. | AMELYA QUEEN OSABELLA | 24.40 | 70 | Cukup |
| 3. | ANANDA PRADIPA KOES ANANTA | 23.35 | 70 | cukup |
| 4. | ATHIRA NIDA KHULIANA | 21.87 | 70 | Cukup |
| 5. | AURA SALSABILA | 18.64 | 80 | Baik |
| 6. | AZZIIZAH DINDA AMMARA | 23.63 | 70 | Cukup |
| 7. | DEFAN HAKIN | 16.58 | 85 | Baik |
| 8. | DESTIVIANI AURELLA | 23.43 | 70 | Cukup |
| 9. | DEWI HAJAR AGUSTINA | 21.71 | 70 | cukup |
| 10. | ERWIN FAHMI ARYANTO | 28.12 | 70 | cukup |
| 11. | FARAH SALSABILA LUTFFIYYAH | 21.91 | 70 | cukup |
| 12. | FREDIAS LEO SAPUTRA | 16.21 | 85 | baik |
| 13. | HEYKHEL AHMAD NOVALDI ILHAM | - | | |
| 14. | IBNU SYAM INDRA NUR ADRYANSYAH | 16.18 | 85 | Baik |
| 15. | ISNALDA FATIMAH JAYANTI | 17.62 | 84 | Baik |
| 16. | KRISHNA YUDHA ARBIANTA | 18.13 | 80 | Baik |
| 17. | MARYAM TSALIZA RACHMAN | 27.03 | 70 | Cukup |
| 18. | MIFTA ALIFIA | 17.86 | 84 | Baik |
| 19. | MUHAMMAD IKHSAN | 18.44 | 80 | Baik |
| 20. | NABILA MA'RATUNISA | 26.06 | 70 | cukup |
| 21. | NOVALISA INTAN CAHYA WARSITO | 17.67 | 84 | Baik |
| 22. | OQTA PUTRI ALIA | 21.69 | 70 | cukup |
| 23. | REZA ZENDY SLAVIA PRAHA | 17.81 | 84 | baik |

| | | | | |
|-----|-------------------------------------|-------|----|-------|
| 24. | RIZKY SETIAWAN | 17.89 | 84 | baik |
| 25. | ROSANA DIAN WIJAYANTO | 16.09 | 85 | Baik |
| 26. | SALYA KIRANA SAFITRI | 17.33 | 84 | Baik |
| 27. | SEPTIA AKHILA DINA PUTRI KHANIFA | 20.37 | 70 | Cukup |
| 28. | SHEVA SUCI GUEVARA | 22.27 | 70 | Cukup |
| 29. | SILVI AFNI INDRIAN | 22.84 | 70 | cukup |
| 30. | TSAKIVA AZAHRA ASKAFUNANDA | 19.06 | 80 | Baik |
| 31. | WANDA NURAINI GUNAWAN | 20.09 | 70 | cukup |
| 32. | ZIENDIK PANCAR MUDRA WIRAWAN | 22.86 | 70 | Cukup |

KALENDER PENDIDIKAN
TAHUN PELAJARAN 2016/2017
SMP NEGERI 4 MAGELANG


| BULAN HARI | JULI 2016 | | | | | | AGUSTUS 2016 | | | | | | SEPTEMBER 2016 | | | | | | OKTOBER 2016 | | | | | |
|---------------|-----------|---|----|----|----|----|--------------|----|----|----|----|--|----------------|----|----|----|----|--|--------------|---|----|----|----|----|
| MINGGU | | 3 | 10 | 17 | 24 | 31 | | 7 | 14 | 21 | 28 | | | 4 | 11 | 18 | 25 | | | 2 | 9 | 16 | 23 | 30 |
| SENIN | | 4 | 11 | 18 | 25 | | 1 | 8 | 15 | 22 | 29 | | | 5 | ★ | 19 | 26 | | | 3 | 10 | 17 | 24 | 31 |
| SELASA | | 5 | 12 | 19 | 26 | | 2 | 9 | 16 | 23 | 30 | | | 6 | 13 | 20 | 27 | | | 4 | 11 | 18 | 25 | |
| RABU | | 6 | 13 | 20 | 27 | | 3 | 10 | 17 | 24 | 31 | | | 7 | 14 | 21 | 28 | | | 5 | 12 | 19 | 26 | |
| KAMIS | | 7 | 14 | 21 | 28 | | 4 | 11 | 18 | 25 | | | 1 | 8 | 15 | 22 | 29 | | | 6 | 13 | 20 | 27 | |
| JUM'AT | | 8 | 15 | 22 | 29 | | 5 | 12 | 19 | 26 | | | 2 | 9 | 16 | 23 | 30 | | | 7 | 14 | 21 | 28 | |
| SABTU | | 9 | 16 | 23 | 30 | | 6 | 13 | 20 | 27 | | | 3 | 10 | 17 | 24 | | | 1 | 8 | 15 | 22 | 29 | |


| BULAN HARI | | NOVEMBER 2016 | | | | | DESEMBER 2016 | | | | | JANUARI 2017 | | | | | FEBRUARI 2017 | | | | | |
|---------------|---|---------------|----|----|----|---|---------------|----|----|----|--|--------------|----|----|----|----|---------------|---|----|----|----|--|
| MINGGU | | 6 | 13 | 20 | 27 | | 4 | 11 | 18 | 25 | | 1 | 8 | 15 | 22 | 29 | | 5 | 12 | 19 | 26 | |
| SENIN | | 7 | 14 | 21 | 28 | | 5 | 12 | 19 | 26 | | 2 | 9 | 16 | 23 | 30 | | 6 | 13 | 20 | 27 | |
| SELASA | 1 | 8 | 15 | 22 | 29 | | 6 | 13 | 20 | 27 | | 3 | 10 | 17 | 24 | 31 | | 7 | 14 | 21 | 28 | |
| RABU | 2 | 9 | 16 | 23 | 30 | | 7 | 14 | 21 | 28 | | 4 | 11 | 18 | 25 | | | 1 | 8 | 15 | 22 | |
| KAMIS | 3 | 10 | 17 | 24 | | 1 | 8 | 15 | 22 | 29 | | 5 | 12 | 19 | 26 | | | 2 | 9 | 16 | 23 | |
| JUM'AT | 4 | 11 | 18 | 25 | | 2 | 9 | 16 | 23 | 30 | | 6 | 13 | 20 | 27 | | | 3 | 10 | 17 | 24 | |
| SABTU | 5 | 12 | 19 | 26 | | 3 | 10 | 17 | 24 | 31 | | 7 | 14 | 21 | 28 | | | 4 | 11 | 18 | 25 | |


| BULAN HARI | MARET 2017 | | | | | APRIL 2017 | | | | | MEI 2017 | | | | | JUNI 2017 | | | | | |
|---------------|------------|----|---|---|---|------------|---|---|----|---|---|---|---|----|---|-----------|---|----|----|---|---|
| MINGGU | | 5 | 12 | 19 | 26 | | 2 | 9 | 16 | 23 | 30 | | 7 | 14 | 21 | 28 | | 4 | 11 | 18 |  |
| SENIN | | 6 |  |  | 27 | | 3 | 10 | 17 |  |  |  | 15 | 22 | 29 | | 5 | 12 | 19 |  | |
| SELASA | | 7 |  |  |  | | 4 | 11 | 18 | 25 | | 2 |  | 16 | 23 | 30 | | 6 | 13 | 20 |  |
| RABU | 1 | 8 |  |  | 29 | | 5 | 12 | 19 | 26 | | 3 |  | 17 | 24 | 31 | | 7 | 14 | 21 | 28 |
| KAMIS | 2 | 9 |  |  | 30 | | 6 | 13 | 20 | 27 | | 4 |  | 18 |  | | 1 | 8 | 15 | 22 | 29 |
| JUM'AT | 3 | 10 | 17 | 24 | 31 | | 7 |  | 21 | 28 | | 5 |  | 19 | 26 | | 2 | 9 | 16 | 23 | 30 |
| SABTU | 4 | 11 | 18 | 25 | | 1 | 8 | 15 | 22 | 29 | | 6 | 13 | 20 | 27 | | 3 | 10 | 17 | 24 |  |


Keterangan


 Libur Akhir Semester Gasal


 Libur Akhir Semester Genap


 Hari Pertama masuk(Keg.MOPD)

 Libur Sebelum dan sesudah 1 Syawal 1437 H

 Libur Idul Fitri 1436 H


 Libur hari raya idul adha

 Mengikuti upacara hari besar


 Kegiatan Tengah Jeda Semester


 Ulangan Akhir Semester


 Penyerahan Buku Laporan Hasil Belajar


 Perkiraan Pra Ujian Nasional

 Perkiraan Ujian Sekolah


 Perkiraan Ujian Nasional

 Ujian Nasional Susulan

 Libur hari besar keagamaan

 Waktu pembelajaran efektif

 Kegiatan tengah semester gasal

 Kegiatan tengah semester genap

 Hari Ulang Tahun 4 Magelang



DAFTAR NAMA GURU/KARYAWAN
SMP NEGERI 4 MAGELANG
TAHUN PELAJARAN 2016/2017

| NO. | NAMA | NIP | Pangkat/Gol. Ruang | JABATAN |
|------------|----------------------------|-----------------------|---------------------------|----------------|
| 1 | Drs. Parjopo | 19680920 199904 1 004 | Pembina, IV/a | Kep. Sek |
| 2 | Dra. Yustina Tri Retno, SR | 19671013 199203 2 007 | Pembina, IV/a | Guru |
| 3 | Lilik Nurhayati, S.Pd | 19590904 198303 2 011 | Pembina, IV/a | Guru |
| 4 | Setyowati, S.Pd | 19601023 198609 2 001 | Pembina, IV/a | Guru |
| 5 | Supinah, S.Pd | 19640321 198703 2 005 | Pembina, IV/a | Guru |
| 6 | Titiek Lestari, S.Pd | 19620124 198603 2 014 | Pembina, IV/a | Guru |
| 7 | Maesaroh, S.PdI | 19610504 198603 2 009 | Pembina, IV/a | Guru |
| 8 | Surahmi | 19591021 198303 2 005 | Pembina, IV/a | Guru |
| 9 | Sri Purwanti, S.Pd | 19601205 198302 2 004 | Pembina, IV/a | Guru |
| 10 | Edi Yusuf Nurohmat, S.Pd | 19660104 198803 1 011 | Pembina, IV/a | Guru |
| 11 | Djuwaeni, S.Pd | 19601226 198703 2 002 | Pembina, IV/a | Guru |
| 12 | Drs. Widiyanto, M.Pd | 19650701 199512 1004 | Pembina, IV/a | Guru |
| 13 | Da'olah, S.Pd | 19620124 198403 1 006 | Pembina, IV/a | Guru |
| 14 | Yuliasuti, S.Pd | 19610714 198602 2 001 | Pembina, IV/a | Guru |
| 15 | Siti Munawaroh, S.Pd | 19641004 198703 2 009 | Pembina, IV/a | Guru |
| 16 | Sri Murwaningsih, S.Pd | 19640206 198403 2 007 | Pembina, IV/a | Guru |
| 17 | Titi, S.Pd | 19620301 198803 2 008 | Pembina, IV/a | Guru |
| 18 | Drs. Iskandar | 19660114 199802 1 001 | Pembina, IV/a | Guru |
| 19 | Farida Kistiawati, S.Pd | 19680816 199903 2 004 | Pembina, IV/a | Guru |

| | | | | |
|----|-----------------------------|-----------------------|-------------------------|---------------|
| 20 | Titik Nurdityati, S.Pd | 19570810 198709 2 001 | Pembina, IV/a | Guru |
| 21 | Drs. S. Prapto Sulanto | 19610909 200003 1 002 | | |
| 22 | Al. Hermawan, TT, S.Pd | 19710515 200003 1 007 | | |
| 23 | Tri Indra Prasetya, S.Pd | 19770321 200012 1 002 | | W.K Kurikulum |
| 24 | Elia Rosita, S.Pd | 19690324 200312 2 004 | Penata TK I, III/d | Guru |
| 25 | Istarodah, S.Pd | 19691119 200501 1 013 | Penata TK I, III/d | Guru |
| 26 | Farid Setyawan, S.Pd | 19750414 200501 1 013 | Penata TK I, III/d | W.K Kesiswaan |
| 27 | Mudji Suprijatno, S.Pd | 19690406 200501 1 011 | Penata TK I, III/d | Guru |
| 28 | Sri Harjani, S.Pd | 19760508 200604 2013 | Penata, III/c | Guru |
| 29 | Ferie Yoseph Kiroyan, S.Th | 19750213 200903 1 002 | Penata Md. TK.I, III/b | Guru |
| 30 | Yuli Kusumastuti, S.Pd | 19750723 200903 2 002 | Penata Md. TK.I, III/b | Guru |
| 31 | Arlina Candra Dewi, S.Pd | 19780304 201001 2 008 | Penata Md. TK.I, III/b | Guru |
| 32 | Sri Hartini, S.Pd | 19670315 200701 2 013 | Penata Muda, III/a | W.K Humas |
| 33 | Ifana Ida Yahya, S.Pd | - | - | Guru |
| 34 | Pilar Sidik Pratomo, S.Pd | - | - | Guru |
| 35 | Miftakhul Ullum, S.Pd.I. | - | - | Guru |
| 36 | Prawesda Grata Hida G, S.Pd | - | - | Guru |
| 37 | Sukarsih, S.Pd | 19690810 200501 2 014 | Penata, III/c | Guru |
| 38 | Tri Haryani S.Pd | 19730618 200604 2 015 | Penata, III/c | Guru |
| 39 | Drs. Kukuh Adi Santoso | 19610725 200701 2 013 | Penata, III/c | Guru |
| 40 | Muhlasin | 19650812 199003 1 010 | Penata MD. TK, III/b | Ka. TU |
| 41 | Ngudi Lestari, S.Com | 19670106 200701 2 013 | Pengatur, II/c | Staf |
| 42 | Sunardi S.E | 19640319 200701 1 009 | Pengatur, II/c | Staf |
| 43 | Ninuk Setyaningsih Pratiwi | 19800713 200901 2 003 | Pengatur Md. Tk.I, II/b | Staf |
| 44 | Muhyasir | 19771110 201001 1 004 | Juru TK. I, I/d | Staf |
| 45 | Karijono | - | - | Penjaga Malam |
| 46 | Iskak Priyanto | - | - | Pesuruh |
| 47 | Martien Prihatiningsih | - | - | Staf |

| | | | | |
|----|------------------------|---|---|--------|
| 48 | Jefri Tugiyana | - | - | Satpam |
| 49 | Tri Agus Tanto | - | - | Staf |
| 50 | Hilda Pangestika, S.Pd | - | - | Staf |

Magelang, 15 September 2016

Mengetahui,

Kepala Sekolah SMP N 4 Magelang



Des. Parjopo

NIP. 19680920 199903 1 004



Universitas Negeri Yogyakarta

Kelompok Mahasiswa

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

NOMOR LOKASI :
NAMA SEKOLAH : SMP N 4 MAGELANG
ALAMAT SEKOLAH : JALAN PAHLAWAN NO 41 MAGELANG
GURU PEMBIMBING : YULI KUSUMASTUTI, S.Pd

NAMA MAHASISWA : MUHAMMAD SURUDIN
NOMOR MAHASISWA : 13601241110
FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR
DOSEN PEMBIMBING : Dr. SUGENG PURWANTO, M. Pd

| No | Hari/ Tanggal | Waktu Pelaksanaan | Materi Kegiatan | Hasil | Hambatan | Solusi |
|----|-------------------------|-------------------|--|--|-----------|-----------|
| 1. | Sabtu, Februari 2016 | 09.00-13.00 | Penerjunan tim PPL di SMP Negeri 4 Magelang dan pengenalan sekolah | Penerimaan secara resmi tim PPL UNY di SMP Negeri 4 Magelang oleh pihak sekolah. Mahasiswa PPL berkeliling keseluruhan ruangan SMP Negeri 4 Magelang dalam rangka pengenalan sekolah | Tidak ada | Tidak ada |
| 2. | Senin 18 Juli 2016 | 07.15-08.30 | Mengikuti upacara bendera hari senin dan syawalan | Upacara dilaksanakan dengan baik dan di ikuti oleh seluruh warga SMP N 4 Magelang dan diikuti oleh anggota PPL UNY. | Tidak ada | Tidak ada |

| | | | | | | |
|----|------------------------|---------------|--|--|--|--|
| 3. | | | | | | |
| | | 09.00- 11.00 | Bersih–bersih basecamp | Bascome dibersihkan agar bisa memberikan rasa nyaman dalam melaksanakan kegiatan PPL | Tidak ada | Tidak ada |
| | | 11.00-12.30 | Konsultasi dengan guru pamong | Mencari buku paket kelas VII di perpustakaan sekolah | Tidak ada | Tidak ada |
| | Selasa 19 Juli 2016 | 06.30 – 07.15 | Piket Salam Pagi | Hubungan kekeluargaan yang makin erat antar warga sekolah dan siswa. | Sebagian mahasiswa PPL datang terlambat | Pembuatan jadwal piket salam pagi |
| | | 09.00-10.00 | Pembuatan jadwal piket PPL di SMP Negeri 4 Magelang. | Jadwal piket disusun menyesuaikan dengan jadwal mengajar agar tidak mengganggu kegiatan pembelajaran | Dalam pelaksanaan piket belum adanya koordinasi sehingga belum terlaksana dengan baik. | Diperlukan koordinasi kembali dalam pelaksanaan piket sehingga dapat terlaksana sesuai jadwal piket. |

| | | | | | | |
|----|-----------------------|---------------|---|--|---|---|
| | | 10.00-12.00 | Membuat RPP kebugaran jasmani | RPP kebugaran jasmani tersusun sesuai dengan format pembelajaran mikro | Tidak sesuai dengan RPP guru pamong | Diubah dengan usulan kriteria guru pamong yang telah disesuaikan dengan RPP model terbaru |
| 4. | Rabu 20 Juli 2016 | 07.30 – 10.00 | Membuat RPP yang telah disesuaikan | | Tidak ada | Tidak ada |
| 5. | Kamis 21 Juli 2016 | 06.30 – 07.15 | Piket Salam Pagi | Hubungan kekeluargaan yang makin erat antar warga sekolah dan siswa. | Sebagian mahasiswa PPL datang terlambat | Koordinasi sebeleum hari H |
| | | 07.15-09.15 | Observasi kelas VIII materi kebugaran jasmani bersama guru pamong | Lari lapangan rindam sebanyak 5x putra, 3x putri | Tidak ada | Tidak ada |
| | | 10.30 – 12.00 | Penyusunan matriks dan catatan harian PPL | | Tidak ada | Tidak ada |
| 6. | Jumat 22 Juli 2016 | 06.30-07.15 | Piket Salam Pagi | Hubungan kekeluargaan yang makin erat antar warga sekolah dan siswa. | Tidak ada | Tidak ada |
| | | 07.30-13.30 | Membuat RPP | | Tidak ada | Tidak ada |

| | | | | | | |
|-----|------------------------|-------------|---|--|---------------------------------------|-------------------------------|
| 6. | Senin 25 Juli 2016 | 07.15-08.10 | Mengikuti upacara bendera hari senin | Upacara dilaksanakan dengan baik dan di ikuti oleh seluruh warga SMP N 4 | Tidak ada | Tidak ada |
| | | 08.10-09.35 | Mengajar terbimbing VII A | Pembelajaran Kebugaran Jasmani kelas VII A | Belum terbiasa, masih perlu persiapan | Mempersiapkan diri lebih baik |
| | | 10.30-11.00 | Koordinasi Guru Pembimbing | Persiapan mengajar, pembuatan RPP | Tidak ada | Tidak ada |
| | | 12.10-12.30 | Koordinasi kelompok | Perubahan jadwal piket salam pagi dan piket harian. | Tidak ada | Tidak ada |
| 7. | Selasa 26 Juli 2016 | 07.00-09.15 | Mengajar kelas VII C | Pembelajaran kebugaran jasmani VII C | Tidak ada | Tidak ada |
| | | 09.15-11.00 | Mengajar kelas VII F | Pembelajaran kebugaran jasmani VII C | Lelah mengajar 2 kelas dalam 1 hari | Sarapan banyak |
| 8. | Rabu 27 Juli 2016 | 07.00-09.15 | Melihat pembelajaran guru pamong | | Tidak ada | Tidak ada |
| | | 09.15-09.45 | Membantu sosialisasi Yakult untuk kelas VII | Sosialisasi berjalan lancer | Tidak ada | Tidak ada |
| 9. | Kamis 28 Juli 2016 | 07.15-09.15 | Mengajar kelas VII E | Pembelajaran kebugaran jasmani kelas VII E | Tidak ada | Tidak ada |
| | | 09.15-11.00 | Membantu Mengajar kelas VIII D | Pembelajaran senam lantai | Tidak ada | Tidak ada |
| 10. | Jumat, 29 Juli 2016 | | Mengajar kelas VII D | Pembelajaran terbimbing | Tidak ada | Tidak ada |

| | | | | | | |
|-----|------------------------|-------------|---|--|-----------|-----------|
| 11. | Senin, 1 Agustus 2016 | 07.00-07.40 | Upacara Bendera | Upacara berjalan lancar dan diikuti oleh seluruh warga SMP N 4 Magelang dan diikuti oleh anggota PPL UNY | Tidak ada | Tidak ada |
| | | 07.40-09.15 | Mengajar VII A | Mengajar kebugaran jasmani di aula smp negeri 4 magelang | Tidak ada | Tidak ada |
| 12. | Selasa, 2 Agustus 2016 | 07.00-09.15 | Mengajar kelas VII C | Mengajar kebugaran jasmani di aula smp negeri 4 magelang | Tidak ada | Tidak ada |
| | | 09.15-11.15 | Mengajar kelas VII F | Mengajar kebugaran jasmani di aula smp negeri 4 magelang | Tidak ada | Tidak ada |
| 13. | Rabu, 3 Agustus 2016 | 07.00-07.22 | Rapat koordinasi dengan Guru ampu PPL UNY di SMP N 4 magelang (Pak Tri) | Koordinasi tentang kegiatan PPL di SMP N 4 Magelang | Tidak ada | Tidak ada |
| | | 09.15-11.15 | Mengajar kelas VII B | Mengajar kebugaran jasmani di aula smp negeri 4 magelang | Tidak ada | Tidak ada |
| 14. | Kamis, 4 Agustus 2016 | 07.00-09.15 | Pendampingan LATihan AUBADE | Diikuti oleh tim paduan suara SMP 4 Magelang yang terdiri dari kelas 7, 8, dan 9 Pembentukan tim AUBADE SMP 4 | Tidak ada | Tidak ada |

| | | | | | | |
|-----|-------------------------|---------------|--------------------------------|--|-----------|-----------|
| | | | Mengajar kelas VII E | Bola Tembak Siswa melakukan pertandingan Bola Tembak melawan kelas VIII | Tidak ada | Tidak ada |
| | | | Bimbingan DPL Prodi Pak Sugeng | | Tidak ada | Tidak ada |
| 15. | Jumat, 5 Agustus 2016 | 07.40 – 09.15 | Pendampingan latihan AUBADE | Diikuti oleh tim paduan suara SMP 4 Magelang yang terdiri dari kelas 7, 8, dan 9 | Tidak ada | Tidak ada |
| | | | Mengajar kelas VII D | Bola Tembak Siswa melakukan pertandingan Bola Tembak melawan kelas VIII | Tidak ada | Tidak ada |
| 16. | Sabtu, 9 Agustus 2016 | 19.30-22.00 | Pendampingan persami | Mendampingi acara api unggun | Tidak ada | Tidak ada |
| 17 | Minggu, 07 Agustus 2016 | 05.00 – 08.00 | Pendampingan persami | Mendampingi acara olahraga pagi | Tidak ada | Tidak ada |
| 18. | Senin, 08 Agustus 2016 | 07.00 – 09.00 | Pendampingan pelatihan AUBADE | Diikuti oleh tim paduan suara SMP 4 Magelang yang terdiri dari kelas 7, 8, dan 9 | Tidak ada | Tidak ada |

| | | | | | | |
|-----|------------------------|---------------|-----------------------------|---|-----------|-----------|
| | | 09.00-10.45 | Mengajar kelas VII A | Mengajar teori bola voli di kelas Siswa mendapat pengajaran tentang pasing bawah dan servis bawah bola voli | Tidak ada | Tidak ada |
| 19. | Selasa, 9 Agustus 2016 | 07.00– 09.00 | Pendampingan latihan AUBADE | Diikuti oleh tim paduan suara SMP 4 Magelang yang terdiri dari kelas 7, 8, dan 9 | Tidak ada | Tidak ada |
| | | | Mengajar kelas VII C | Bola Tembak Siswa melakukan pertandingan Bola Tembak melawan kelas VIII | Tidak ada | Tidak ada |
| | | | Mengajar kelas VII F | Bola Tembak Siswa melakukan pertandingan Bola Tembak melawan kelas VIII | Tidak ada | Tidak ada |
| 20. | Rabu, 10 Agustus 2016 | 06.45 – 08.30 | Pendampingan latihan AUBADE | Diikuti oleh tim paduan suara SMP 4 Magelang yang terdiri dari kelas 7, 8, dan 9 | Tidak ada | Tidak ada |
| | | | Mengajar VII B | | Tidak ada | Tidak ada |
| | | | Membantu mengencangkan | | Tidak ada | Tidak ada |

| | | | | | | |
|-----|---------------------------|---------------|--------------------------------|--|-----------|-----------|
| | | | bendera untuk AUBADE | | | |
| 21. | Kamis, 11 Agustus 2016 | 07.00-09.15 | Mengajar VII E | Mengajar materi basket Siswa mendapat pengajaran tentang chest pass, bounce pass, dan shooting dalam permainan bola basket | Tidak ada | Tidak ada |
| | | 14.00-16.00 | Ekstrakurikuler baseket | Melatih ekstrakurikuler basket Ekstrakurikuler basket berjalan lancer | Tidak ada | Tidak ada |
| 22. | Jumat, 12 Agustus 2016 | 07.00 – 07.40 | Pendampingan latihan AUBADE | Diikuti oleh tim paduan suara SMP 4 Magelang yang terdiri dari kelas 7, 8, dan 9 | Tidak ada | Tidak ada |
| | | 07.40-09.55 | Mengajar kelas VII D | Mengajar materi basket Siswa mendapat pengajaran tentang chest pass, bounce pass, dan shooting dalam permainan bola basket | Tidak ada | Tidak ada |
| 23. | Senin, 15 agustus 2016 | 09.15-10.45 | Pengajaran kelas 7A | Materi ajar bola tembak Permainan modifikasi yang membuat semua siswa akan bergerak | Tidak ada | Tidak ada |

| | | | | | | |
|-----|----------------------------|-------------|---|--|--------------------------|---|
| 24. | Rabu, 17 agustus 2016 | 07.00-07.55 | Upacara peringatan 17 agustus di sekolah | Petugas upacara rapih dalam melaksanakan tugas | Tidak ada | Tidak ada |
| | | 14.00-18.00 | Pendampingan upacara penurunan bendera di lapangan Rindam | Berhasil menyanyikan 6 lagu wajib | Hujan | Tidak ada |
| 25. | Kamis, 18 agustus 2016 | 07.00-09.15 | Pengajaran kelas 7 E | Materi bola voli | Siswa kurang bersemangat | Modifikasi permainan voli |
| | | 14.00-16.00 | Pendampingan ekstra basket | Jumlah siswi yang mengikuti 10 anak Materi latihan shooting dan passing | Tidak ada | Tidak ada |
| 26. | Jumat, 19 agustus 2016 | 07.40-09.45 | Mengamati pengajaran teman satu jurusan. | Materi bola voli, passing dan service bawah | Tidak ada | Tidak ada |
| 27. | Senin, 22 agustus 2016 | 07.40-10.00 | Pengajaran kelas 7 A | Materi bola voli | Siswa sering bercanda | Sabar dan tetap memberikan arahan |
| 28. | Selasa, 23 agustus 2016 | 07.00-11.30 | Pengajaran 2 kelas, yaitu 7 C dan 7 F | Materi ajar adalah lari jarak pendek Siswa melakukan start jongkok | Tidak ada | Tidak ada |

| | | | | | | |
|-----|---------------------------|-------------|----------------------------|--|---|---------------------------------|
| 29. | Rabu, 24 agustus 2016 | 07.00-09.15 | Pengajaran kelas 7B | Materi bola voli | Tidak ada | Tidak ada |
| 30. | Kamis, 25 agustus 2016 | 07.00-09.15 | Pengajaran kelas 7 E | Materi ajar adalah lari jarak pendek | Anak-anak mengeluh ketika di ajak berlari | Memberikan motivasi |
| | | 14.00-16.00 | Pendampingan ekstra bakset | Latihan adalah dribble dan shooting | Peserta kurang fokus dan bersemangat | Latihan dalam bentuk permainan. |
| 31. | Jumat, 26 agustus 2016 | 07.40-10.00 | Pengajaran kelas 7 D | Materi ajar adalah praktik lari jarak pendek | Tidak ada | Tidak ada |
| | | | | | | |
| 32. | Senin, 29 Agustus 2016 | 07.00-08.00 | Upacara Bendera | Setelah upacara selesai dilanjutkan dengan pemilihan umum warga SMP N 4 Magelang terhadap 3 calon ketua Osis. Calon pendapat suara terbanyak adalah calon nomor urut 3. | Tidak ada | Tidak ada |

| | | | | | | |
|-----|-------------------------|-------------|-----------------------|--|--|--|
| | | 08.00-10.00 | Pengajaran kelas 7 A | Mengerjakan soal-soal latihan di buku paket PJOK Bab permainan bola besar. | Siswa meminta untuk praktik olahraga. | Guru pamong memberikan pengertian sampai para siswa mau untuk masuk kedalam kelas. |
| | | 12.00-13.00 | Monitoring oleh LPPMP | Diskusi mengenai kesulitan yang dihadapi para mahasiswa praktik. Jumlah pihak LPPMP sebanyak 4 orang. Jumlah mahasiswa 11. | Tidak ada | Tidak ada |
| 33. | Selasa, 30 Agustus 2016 | 07.00-09.15 | Pengajaran kelas 7 C | Materi penilaian teknik dasar bola basket (dribble dan passing dada). Jumlah siswa 29 anak. | Siswa melakukan tes kurang bersungguh-sungguh terutama yang perempuan. | Memberikan arahan dan penjelasan. |

| | | | | | | |
|-----|-------------------------|-------------|--|--|--|---|
| | | 09.15-11.30 | Menjadi observer pengajaran kelas 7 F | Jumlah siswa 24 Materi penilaian teknik dasar bolabasket. | Siswa terlalu banyak melakukan pengulangan karena melakukan kesalahan berulang-ulang. | Memberikan arahan dan penjelasan disertai contoh. |
| 34. | Rabu, 31 Agustus 2016 | 09.15-11.30 | Pengajaran kelas 7 B | Jumlah siswa 32 Materi penilaian teknik dasar bolabasket | Banyak siswa yang kurang memperhatikan ketika pembelajaran, sehingga sampai waktunya penilaian banyak siswa yang belum bisa melakukan. | Diberikan penjelasan kembali sebelum melakukan penilaian. |
| | | 14.00-16.00 | Pendampingan ekstra bolavoli | Jumlah siswa peserta sebanyak 30 anak yang terdiri dari laki-laki dan perempuan. Materi yang dilatihkan adalah passing. | Lapangan bolavoli baru saja terguyur hujan sehingga basah dna licin. | Mengepel dan mengalirkan air dengan sapi lidi. |
| 35. | Kamis, 1 September 2016 | 07.00-09.15 | Menjadi observer pengajaran Pak Surur kelas 7 E. | Materi penilaian basket Jumlah siswa 24 | Tidak ada | Solusi tidak ada |
| | | 14.00-16.00 | Pendampingan ekstra basket putri | Jumlah peserta 15 anak Materi latihan dribble, posisi dan passing. | Tidak ada | Tidak ada |

| | | | | | | |
|-----|-----------------------------|-------------|----------------------|---|--------------------|-----------------------|
| 36. | Jumat, 2 september 2016 | 07.40-10.00 | Pengajaran kelas 7 D | Materi penilaian bolabasket Jumlah siswa 32 | Tidak ada | Tidak ada |
| 37. | Senin, 5 September 2016 | 07.40-10.00 | Pengajaran kelas 7 A | Materi penilaian bolabasket Jumlah siswa 30 | Tidak ada | Tidak ada |
| 38. | Selasa, 6 September 2016 | 07.00-09.15 | Pengajaran kelas 7 C | Jumlah siswa 32 Materi penilaian bola voli | Tidak ada | Tidak ada |
| | | 09.30-11.30 | Pengajaran kelas 7 F | Jumlah siswa 24 Materi penilaian bola voli | Tidak ada | Tidak ada |
| 39. | Rabu, 7 September 2016 | 09.15-11.30 | Pengajaran kelas 7 B | Jumlah mahasiswa 32 Materi penilaian bolavoli | Siswa sukar diatur | Memberikan teguran |
| 40. | Kamis, 8 September 2016 | 07.00-09.15 | Pengajaran kelas 9 A | Materi permainan bolavoli Tempat dilapangan Rindam | Tidak ada | Tidak ada |

| | | | | | | |
|-----|---------------------------|-------------|--------------------------------|--|---------------------|-----------------------------------|
| | | 09.15-11.30 | Pengajaran kelas 8 D | Materi permainan bolavoli | Bola masuk kesungai | Mengambil dengan bergotong royong |
| | | 14.00-16.00 | Pendampingan ekstra bolabasket | Materi latihan lay up shoot Jumlah peserta 15 | Tidak ada | Tidak ada |
| 41. | Jumat, 9 September 2016 | 07.40-10.00 | Pengajaran kelas 7 D | Materi penilaian bolavoli Jumlah siswa 32 Praktik dilakukan di lapangan Rindam | Tidak ada | Tidak ada |
| 42. | Selasa, 13 September 2016 | 07.00-09.15 | Pengajaran kelas 7 C | Materi teknik dasar sepakbola (passing dan dribbleng) Jumlah siswa 32 | Tidak ada | Tidak ada |
| | | 09.30-11.30 | Pengajaran kelas 7 F | Materi teknik dasar sepakbola (passing dan dribbling) Jumlah siswa 24 | Tidak ada | Tidak ada |
| 43. | Rabu, 14 September 2016 | 09.15-11.30 | Pengajaran Kelas 7 B | Teknik dasar passing, dribbling dalam sepakbola. | Tidak ada | Tidak ada |

| | | | | | | |
|-----|-----------------------------|-------------|----------------------|---|-----------|-----------|
| | | | | Jumlah siswa 32. Di lapangan Rindam | | |
| 44. | Kamis, 15 September 2016 | 07.00-09.15 | Pengajaran Kelas 7 E | Teori di kelas. Mengerjakan soal latihan buku paket. Jumlah siswa 23. | Tidak ada | Tidak ada |


Magelang, 15 September 2016

Mengetahui,


Dosen Pembimbing Lapangan


Dr. Sugeng Purwanto M.Pd
NIP. 19650325 200501 1 002

Guru Pembimbing PPL,


Yuli Kusumastuti, S.Pd
NIP. 19750723 200903 2 002

Mahasiswa,

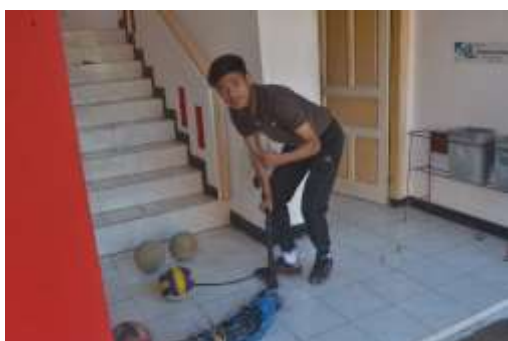

Muhammad Sururudin
NIM. 13601241110



Gambar 1. Piket social salam pagi sebelum memasuki sekolah



Gambar 4. Pemanasan melalui permainan



Gambar 2. Mengisi angin bola yang kempis



Gambar 5. Menjelaskan materi yang akan dipelajari apersepsi



Gambar3. Memberi kesempatan siswa memimpin pemanasan



Gambar 6. Mempersiapkan peralatan untuk pembelajaran kebugaran jasmani di aula



Gambar 7. Mempersiapkan net untuk pembelajaran bola voli



Gambar 11. Pembelajaran teknik dribble bola basket



Gambar 8. Pembelajaran bola voli passing bawah



Gambar 12. Pembelajaran teknik dasar dribble bola basket



Gambar 9. Mencontohkan gerakan passing bawah



Gambar 13. Pemanasan statis untuk pembelajaran bola voli



Gambar 10. Pembelajaran dan siswa mencoba melakukan servis bawah



Gambar 14. Pendampingan aubade untuk penurunan bendera



Gambar 15. Foto bersama teman PPL dan Guru SMP 4 setelah aubade



Gambar 19. Berlatih bersama anak-anak ekstrakurikuler bola voli



Gambar 16. Foto bersama guru dan PPL UNNES setelah aubade



Gambar 20. Melatih ekstrakurikuler bola basket



Gambar 17. Mengerengkan lapangan untuk ekstrakurikuler bola voli



Gamabr 21. Melatih teknik dasar dribble ekstrakurikuler bola basket



Gambar 18. Pendampingan ekstrakurikuler bola voli



Gambar 22. Anak-anak ekstrakurikuler bola basket



Gambar 23. Bermain bersama anak-anak ekstrakurikuler bola basket



Gambar 27. Foto bersama teman PPL UNY



Gambar 24. Foto bersama anak kelas 9 ekstrakurikuler bola basket



Gambar 28. Foto bersama teman PPL UNY dan PPL UNNES



Gambar 25. Foto bersama teman PPL UNY



Gambar 29. Foto keakraban bersama siswa-siswi



Gambar 26. Foto saat upacara bendera setiap hari senin



Gambar 30. Mempersiapkan bendera untuk aubade